

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2021年度 みんなで取り組む活動テーマ
笑顔ではぐくむ免疫力

地元の魅力再発見!

co-op mail

joso

常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます
ネット注文登録

tel: 0297-48-4911
fax: 0297-45-6675

2021年11月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙10/提出	25	26	27	28	29
定番品11/お届け	1	2	3	4	5
特別企画品11/お届け	8	9	10	11	12

茨城の美味しいもの大集合

なかなか遠出が出来ない状況だからこそ、改めて地元の魅力を再発見してみたいかがでしょうか? 私たちのすぐ近くにはこれだけの魅力的な生産者が揃っています。どれも甲乙つけがたい逸品揃い。今こそ地元の『美味しい』を見つけてみませんか。



鈴木さんご家族

鈴木牧場 (石岡市)

自ら育てた牛たちの糞に、米ぬかなどを混ぜて良質な堆肥を作って、畑にすきこみ、微生物の力を借りて土を健康にする。そこに草を作り、草が健康に育つ。それを牛が食べて健康になり、健康でおいしい牛乳が生まれる。まさに循環、持続する酪農を実践しています。

ノンホモの生乳を原料に自家プラントで作ったなめらかでやさしい味のヨーグルト。

ピンは繰り返し使いますので必ずご返却下さい



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

8 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ3種セット
冷蔵 賞14日以上 乳
30g×3種 **510円**(税込**551円**) 通常税込**616円**
生乳(茨城県)

鈴木牧場 (茨城県・石岡市) 冷蔵 賞届いて10~11日 乳
9 プレーン 400g **340円**(税込**367円**) 通常税込**390円**
10 微糖 400g **350円**(税込**378円**) 通常税込**400円**
生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4



塩屋 (ひたちなか市)

茨城県ひたちなか市に工場を構え、地場産品の酒沼のしじみ・国産あさりの貝類を中心に水産品を皆さんにお届けしています。「貝と言えば塩屋」という言葉に違わず、貝の専門メーカーとして独自の技術で砂抜き・凍結加工した貝類は「活より旨い」と評判です。

今回は塩屋さんおすすめのレシビ集付き!

熊本、愛知、三重など国内産地から季節に合わせてお届けします。砂抜き後冷凍しました。

11 国内産 冷凍あさり(徳用)
凍 賞90日 400g **580円**(税込**626円**) 通常税込**646円**
あさり(熊本県、愛知県、三重県など国内)



さんま&あじの定番2種セット!

塩屋自慢の2種の干物をお得なセットにしました。朝食にも夕食にも重宝する組み合わせです。



塩屋 (茨城県・ひたちなか市) 凍 賞30日
12 塩屋の干物セット(2種)
さんま2枚、あじ2枚 **555円**(税込**599円**) 通常税込**626円**
さんま(国内産)、あじ(オランダ)

今週のおすすめ「酒沼のしじみ(徳用)」は5ページでご案内しています

農家レストランどんぐりてい (坂東市)

「この地域の豊かな資源を生かしたい」と民家を改修し、農家レストラン「どんぐりてい」をオープン。自分たちの食べるものは安心安全にこだわり、自分たちで育て自分たちで加工する。6次産業化に取り組んでいます。今年、茨城県坂東市産の品種「ヒメノモチ」(初期に除草剤を1回のみ使用)を使った「のし餅」です。昔ながらの薪を使った「かまど」で蒸して作ります。

※保存用に切り分けるときは、1晩おいて少し硬くなってから、ピニールの上から切ってください。

搗きたてのお餅をお届けします!

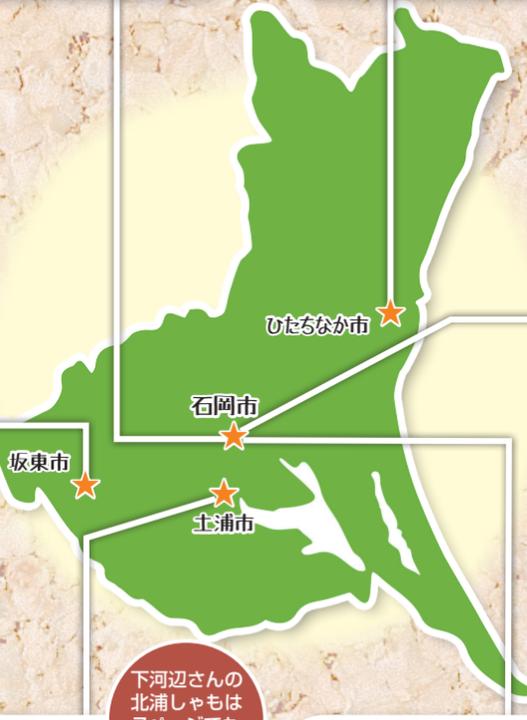


自家製のきな粉です お餅と一緒に!

農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

13 1枚 どんぐりていののし餅
米 1kg **1080円**(税込**1166円**)
もち米(茨城県)

14 ソフト青大豆 きな粉
無農薬、自然栽培、手選別した青大豆を自家焙煎、自家製粉で作ったきな粉です。
賞180日 大
150g **470円**(税込**508円**) 通常税込**518円**



下河辺さんの北浦しゃもは7ページでもご紹介しています

たなか農園・ペトラン (石岡市)



無農薬

畑の状況で内容は毎回変わります

田中農園 (茨城県・石岡市)
15 田中農園の野菜セット
八郷の有機農業生産者(田中さん)より旬の野菜をお届け。農薬無散布・無化学肥料栽培。
4品目 **750円**(税込**810円**)
茨城県

国産小麦をふだんに使い、地元・八郷で作られる平飼卵をはじめこだわりの素材を組合せ、パン・焼き菓子などを作っています。またたなか農園の野菜は良質な堆肥を使い、農薬無散布・化学肥料不使用で育てた野菜をお届けします。パンは久美子さん、野菜は庸介さんご夫婦で営んでいます。

具材をはさんで朝食やおやつに



たなか農園・ペトラン(茨城県・石岡市)
16 イングリッシュマフィン
原材料: 国産小麦、自家製天然酵母(人参)、粗糖、塩、菜種油
2個 **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**
小麦(北海道、岩手県) [放] 不検出 <3.0 <4.0

ミートパル&北浦軍鶏農場 (土浦市)

地域に愛され、長年にわたり地元の消費者との繋がりを大切にしてきました。今では数少ない街のお肉屋さんですが、使う肉も問屋から購入するのではなく、自分で屠場まで赴き必ず自分の目で肉の状態を確認し納得できる物だけを直接仕入れています。



18 茨城県産ロースポーク 徳用焼肉セット
冷蔵 賞6日 200g×3種 **1330円**(税込**1436円**) 通常税込**1447円**
茨城県

17 地鶏 北浦しゃも ムネ正肉
じっくりと時間をかけて育てたシャモのムネ肉。弾力ある食感とかむほほにふれ出すうまみ、香りが特徴。
凍 150g **578円**(税込**624円**) 通常税込**659円**
茨城県

19 茨城県産(山方牛) 牛豚合挽肉
風味の良さを併せ持った合挽肉。牛・豚比率5:5。
凍 賞30日 250g **688円**(税込**743円**) 通常税込**754円**
茨城県



JA やさと (石岡市)

つくば山麓、ふるさとの原風景が残る八郷地区で環境保全型を目指した農産物を作っています。茨城県産大豆の納豆、卵は飼料にNON-GMO(非遺伝子組換え)・PHF(収穫後保存のための農薬を使用しない)原料を使用し、抗生物質や抗菌剤など使用しないものを与えています。



20 本味納豆(タレ・カラシ無)2個組
茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。
冷蔵 賞7日 大 (40g×3)×2 **260円**(税込**280円**) 通常税込**302円**
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.4

21 タマゴプリン
牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固めています。凝固剤、安定剤不使用。
冷蔵 賞14日 卵 乳 85g×3 **225円**(税込**243円**) 通常税込**254円**
牛乳・卵(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

JOSOミールキット

シャキシャキ野菜がたっぷり
1食当り **365円**(税別)

調理時間 準備品 約10分 油

セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ
食塩相当量: 2.1g

22 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め
醤油ベースの美味しさと豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。
冷蔵 賞2日 大 小 2人前(約30g) **730円**(税込**788円**) 通常税込**821円**
小松菜(国内産)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、順次放射能自主検査を進めています。主要原料産地もご参照ください。
・調査完了したもののについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。
・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。
・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。
・空欄になっている商品は以下の通りです。
①検査対象地域外
②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)
千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
茨城県 [放] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

「つるし干し柿」

自分で作る干し柿の味は格別、好みの干し具合で召し上がれます。作り方説明書と吊るし用のひも付きでお届けします。そのまま食べるのももちろん、白和えの具やクリームチーズとも好相性です。ほかのドライフルーツと同様にお楽しみください。

おうちで作ろう！

今回のみ

渋柿です。家庭で、干し柿を作ってみましょう。作り方レシビ付。減農薬栽培。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

23 江戸柿(吊るし柿用)

4~6玉約1kg **400円(税込432円)**

奈良県

とこが、懐かしい味わい

富有柿

昔懐かしい味わい。富有柿は日本で一番生産されている柿です。果肉は緻密でとろけるような柔らかさと甘みがあり果汁が多いのが特徴です。また、柿にはビタミンCはみかんの約2倍、ビタミンB1・B2、カルシウムなども含み、果実の中ではトップクラスの栄養価を誇ります。りんごと同じく、「柿が赤くなれば、医者が青くなる」とはよく言ったもので、健康維持に1日1個食べることをおすすめします。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

富有柿

24 約900g **420円(税込454円)**

約900g **420円(税込454円)**

25 わけあり1.8kg **461円(税込498円)**

1.8kg **461円(税込498円)**

奈良県

通常の供給便でお届けします

ふじ、秋映、名月、ラフランス…

まさに果実の宝石箱!

小林農園では、10月~11月にかけて様々な品種のりんごが作られます。今回はもっとも味のがつたりんごや洋なしなどを小林さんが見極め、3kg箱に詰めてお届けします。彩りも鮮やかで、まさに「果実の宝石箱!」この時季だけのお楽しみ企画です。

生産者の小林さん

小林さん(長野県・中野市)

26 長野・小林さんの旬の果物セット

この時季に小林さんの果樹園に実っているりんごやその他の果物をセットでお届け。減農薬栽培。

3kg 3品目以上 **2499円(税込2699円)**

長野県

完成!!

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

23 江戸柿(吊るし柿用)

4~6玉約1kg **400円(税込432円)**

奈良県

果実は大きく、歯ざわりの良さとその甘さで人気の柿。減農薬栽培。

歯ざわりと甘さが人気です!

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

富有柿

24 約900g **420円(税込454円)**

約900g **420円(税込454円)**

25 わけあり1.8kg **461円(税込498円)**

1.8kg **461円(税込498円)**

奈良県

小林農園では、10月~11月にかけて様々な品種のりんごが作られます。今回はもっとも味のがつたりんごや洋なしなどを小林さんが見極め、3kg箱に詰めてお届けします。彩りも鮮やかで、まさに「果実の宝石箱!」この時季だけのお楽しみ企画です。

生産者の小林さん

小林さん(長野県・中野市)

26 長野・小林さんの旬の果物セット

この時季に小林さんの果樹園に実っているりんごやその他の果物をセットでお届け。減農薬栽培。

3kg 3品目以上 **2499円(税込2699円)**

長野県

甘さ★★★★★
食感★★★★★
香り★★★★★
酸味★

酸味は弱く、コクのあるさわやかな甘みとシャキシャキとした食感が好評です。減農薬栽培。

成田農園・成田さん(青森県・板柳町)

27 りんご(とき)

3玉(800~900g) **698円(税込754円)**

青森県

シーズン初

甘さ★★★★★
食感★★★★★
香り★★★★★
酸味★

黄緑色の果皮、香りの良さが特徴的な品種。甘みが強く、果肉もしっかりしています。減農薬栽培。

おきたま興農舎・尾箸さん達(山形県・高島町)

28 りんご(玉林)

3玉 **415円(税込448円)**

[放] 不検出 <3.6 <3.9

山形県

甘さ★★★★★
食感★★★★★
香り★★★★★
酸味★★★★★

成田農園・成田さん(青森県・板柳町)

29 りんご(ジョナゴールド)

ゴールデンデリシャスと紅玉の交配種。やや酸味が強いものの甘味も十分。減農薬栽培。

3玉(900g以上) **798円(税込862円)**

青森県

甘さ★★★★★
食感★★★★★
香り★★★★★
酸味★★★★★

おきたま興農舎・金子さん達(山形県・高島町)

30 りんご(陽光)

ゴールデンデリシャスの自然交雑実生から生まれた品種。真っ赤に色づくりんごです。減農薬栽培。

3玉 **498円(税込538円)**

[放] 不検出 <3.6 <4.1

山形県

甘さ★★★★★
食感★★★★★
香り★★★★★
酸味★★★★★

小野さん達(長野県・飯綱町)

31 りんご(信濃スイート)

ふじの収穫前では最も美味しいと定評のあるりんごの一つです。減農薬栽培。

2~4玉 **698円(税込754円)**

長野県

特 From 静岡

まるやかな味わいが特徴

渥美農園(静岡県・浜松市)

渥美さんの温州みかん

32 800g **380円(税込410円)** 通常税込430円

33 2kg **760円(税込821円)** 通常税込842円

静岡県 [放] 不検出 <3.3 <4.0

From 愛媛

甘いだけでなく、甘みと酸味のバランスのとれた濃厚な味わいが特長。農薬0~3回。

無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園の温州みかん

34 1kg **555円(税込599円)**

35 3kg **1498円(税込1618円)**

愛媛県

無農薬

演上さん(鹿児島県・出水市)

36 演上さんの温州みかん(グリーン)

地場の身近な素材を使った自家製肥料を主体に使用します。外皮はやや青めです。農薬無散布。

約1kg **509円(税込550円)**

鹿児島県

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡町)

37 庄内柿(平核無柿)

産地にて脱渋してお届け。農薬は慣行栽培の半分以下、化学肥料を一切使用しない栽培方法で作りました。

約800g **510円(税込551円)**

山形県

甘みが抜群の希少品種です!

さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)

38 南水梨(大玉)

皮にもツヤがあり、最近人気の品種。他の品種に比べても甘みが強くジューシーです。減農薬栽培。

2玉(約1kg) **832円(税込899円)**

長野県

無農薬

セスプリインターナショナルジャパン(東京都)

39 キウイフルーツ(グリーン)

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。

3個入り **399円(税込431円)**

ニュージーランド

無農薬

ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

40 バナナ

小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。

約450~600g **310円(税込335円)**

パルー(トゥンベス地域)

安心の無農薬栽培レモン

無農薬

松永農園(静岡県・静岡市)

41 松永さんのレモン

親子3代にわたり農薬を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。

400g **410円(税込443円)**

静岡県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

無農薬

櫻谷さん達(熊本県)

42 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかったいます。味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。

約100g **198円(税込214円)** 通常税込238円

熊本県

種類、お刺身、お肉にも♪

作本さん達(熊本県・熊本市)

43 大葉

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。

10枚 **145円(税込157円)**

熊本県

料理の薬味にどうぞ

大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

44 しょうが

爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。

100g **165円(税込178円)**

高知県

無農薬

上野さん達(栃木県・上三川町)

45 ニラ

栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農薬無散布。

1束(約100g) **115円(税込124円)**

栃木県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

無農薬

中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

46 中村さんのベビーリーフ

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g **160円(税込173円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

右田さん達(熊本県・芦北町)

47 ミニトマト

有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。

約150g **220円(税込238円)**

熊本県

バリッパリの食感が特徴♪

今村さん達(北海道・栗山町)

48 初恋スマートミニトマト

平均糖度8~10度のフルーツ感覚のミニトマトです。ヘタの取れた果実も入ります。減農薬栽培。

約180g **276円(税込298円)**

北海道

無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

49 長島さんのレタス

1玉 **250円(税込270円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.8

無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

50 長島さんのサニーレタス

1玉 **170円(税込184円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

鮮度が良い
歯ごたえ
シャキシャキの

イバラキ食品(茨城県・石岡市)

51 もやし

筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。

250g **52円(税込56円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

無農薬

あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

52 小松菜(少量)

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) **150円(税込162円)**

茨城県

無農薬

微生物農法の会・長島さん達(茨城県・行方市)

53 長島さんの小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1束(約200g) **176円(税込190円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

無農薬

浅野さん(茨城県・常総市)

54 浅野さんのほうれん草

秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農薬無散布。

1束 約200g **190円(税込205円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

無農薬

木村農園(茨城県・つくば市)

55 木村さんの春菊

特有の風味、香りで鍋物には欠かせません。和え物にも。減農薬栽培。

1束 **170円(税込184円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3

無農薬

木村農園(茨城県・つくば市)

56 木村さんのピーマン

肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。

150g **155円(税込167円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



57 ブロッコリー
井上さん(埼玉県・美里町)
ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。減農薬栽培。
1個 **320円(税込346円)**
埼玉県 [放] 不検出 <3.6 <3.5

茎葉はアスパラ感覚でどうぞ♪



58 スティックブロッコリー
木村さん・米内口さん達(青森県・おいらせ町)
茎葉はアスパラ感覚で、頭の部分はブロッコリーとして使えます。ポイルやサラダとしてどうぞ。減農薬栽培。
約150g **199円(税込215円)**
青森県



59 ミニ白菜
中村さん達(群馬県・長野原町)
1度に使いきれのお手軽サイズ(長さ20~25cm、重さ600~800g)。減農薬栽培。
1玉(600~800g) **210円(税込227円)**
群馬県

お漬物、お鍋にもどうぞ



60 白菜
中村さん達(群馬県・長野原町)
農薬は病害虫の発生がある場合にのみ使用します。減農薬栽培。
1玉 **315円(税込340円)**
群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.5



61 木村さんのかぼ
木村農園(茨城県・つくば市)
漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。
1束(4~5玉) **183円(税込198円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

素材の味とムチムチの食感が大好評!



62 高柳さんのれんこん
微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)
歯ざわりが良く、それでいてムチツとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。
400g **480円(税込518円)**
茨城県 [放] ¹³⁷Cs=4.9

無農薬



63 木村さんの里芋
木村農園(茨城県・つくば市)
肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れにくいのが特長。農薬無散布。
800g **298円(税込322円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0

無農薬



64 大根
三須さん達(千葉県・富里市)
煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
1本(900g以上) **198円(税込214円)**
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

畑そのままに 2021年新規契約者募集中です!

無農薬野菜セット				
①	清水さんの野菜セット 7~9品目	1270円(税込1372円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	清水さんの野菜セット 5~6品目	910円(税込983円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	清水さんの野菜セット 3~4品目	635円(税込686円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	宇治田さんの野菜セット 6~8品目	1838円(税込1985円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	天池さんの野菜セット 5品目	940円(税込1015円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	微生物農法の会野菜セット 5~6品目	1250円(税込1350円)		
②	隔週	お試し		

①ご希望の野菜セット、②配達週...毎週隔週4週に1度・お試しに○をつけて、注文書と一緒に提出ください。

組合員番号
お名前
お届け開始回 月 回~

切り取ってご提出下さい

グツグツ煮込んで♪



ねぎの青葉も栄養満点♪
ねぎの美味しい季節がやってきました。ねぎ独特の辛味成分には、血行促進、疲労回復、殺菌作用、免疫力を高めるといった効果があり、風邪の症状に効くと言われていています。また、青い葉の部分にもカルシウムやβカロテンなどの栄養素が含まれています。

カットしてお届けする場合がございます



65 深谷ネギ(根深白ネギ)
井上さん(埼玉県・美里町)
白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。
約350g **240円(税込259円)**
埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1

下仁田ねぎがシーズン初!



68 木村さんの下仁田ねぎ
木村農園(茨城県・つくば市)
軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど甘味が強くなります。減農薬栽培。
約500g **350円(税込378円)**
茨城県

※調理イメージ



69 ぼっちゃんかぼちゃ
まごころの里・山本さん達(北海道・栗山町)
ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農薬無散布。
1~2玉約280g **230円(税込248円)**
北海道

無農薬



70 かぼちゃ(カット)
穴戸さん達(北海道・士別市)
品種は栗系の粉質のものを選定。サラダやコロッケ、スープに。農薬無散布。
600g前後 **450円(税込486円)**
北海道

無農薬



71 士別のかぼちゃ
士別農園(北海道・士別市)
ホクツとした口当たりと程よい甘みで、煮物の他ポタージュやソテー、パイ等にも。減農薬栽培。
1玉 **398円(税込430円)**
北海道

お鍋、炒め物にもどうぞ♪



66 長ねぎ
上野さん達(栃木県・上三川町)
地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農薬無散布。
500g **220円(税込238円)**
栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

無農薬



67 倉持さんの長ねぎ
農家レストランぐりてい倉持さん達(茨城県・坂東市)
自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。
300g **220円(税込238円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <2.9

新



68 木村さんの下仁田ねぎ
木村農園(茨城県・つくば市)
軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど甘味が強くなります。減農薬栽培。
約500g **350円(税込378円)**
茨城県

無農薬



72 木村さんのごぼう
木村農園(茨城県・つくば市)
食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
400g **198円(税込214円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

切ってサラダに、すってどろろにも◎



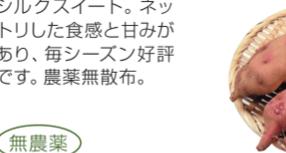
73 長芋
上村さん達(青森県・八戸市)
産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。
200g **220円(税込238円)**
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

士別農園代表の古市さん(左)と眞鍋さん



80 1kg
士別農園(北海道・士別市)
実の締まりが良く、甘みが強く、生でも美味しく頂けます。除草剤不使用・減農薬栽培。
298円(税込322円)

品種は紅はるか又はシルクスweet。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。



74 500g
微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)
250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

無農薬



76 士別の人参
士別農園(北海道・士別市)
毎年好評です。士別農園の福神漬けにも使っています。農薬無散布。
500g **220円(税込238円)**
北海道

無農薬



77 人参(洗い)
加瀬さん達(千葉県)
土作りから始まり、農業に頼らない栽培をしています。農薬無散布。
1kg **390円(税込421円)**
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

無農薬



78 1kg
士別農園(北海道・士別市)
280円(税込302円)

79 3kg
士別農園(北海道・士別市)
798円(税込862円)
北海道

サラダ、粉ふきいも、マッシュポテト、味噌汁の具材等何にでも。品種は男爵(だんしゃく)、減農薬栽培。



81 3kg
士別農園(北海道・士別市)
850円(税込918円)
北海道

無農薬



80 1kg
士別農園(北海道・士別市)
298円(税込322円)

きのこ



82 山田さんのしめじ
山田さん(茨城県・つくば市)
ひらたけのしめじです。おがくすに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。
200g **250円(税込270円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

日持ちがよく、シャキッとしたしっかり食感



83 えのき茸
丸金(長野県・長野市)
一般的に使われている輸入のコーンコブ(とうもろこしの粉)は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。
200g **208円(税込225円)**
長野県

白えのきにはない、コクのある味が特徴



84 ブラウンえのき茸
丸金(長野県・長野市)
野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
200g **218円(税込235円)**
長野県

あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)



85 ホワイトマッシュルーム
床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。
100g **248円(税込268円)**
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

村上さん(栃木県・高根沢町)



86 舞茸
衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。
100g **196円(税込212円)**
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)



90 A品
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。
100g **210円(税込227円)**
茨城県

食物繊維たっぷり
きのこを食べよう

きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がるとされる「食物繊維」が多く含まれています。毎日の食事にきのこをプラスすることで、無理なく食物繊維を摂取する事ができます。

87 安田さんのなめこ
安田さん(福島県・郡山市)
独自の栄養元をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。
70g **115円(税込124円)**
福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)



88 エリンギ
肉質はきめ細かくなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするのが特長です。
100g **261円(税込282円)**
三重県

江藤さん(大分県・玖珠町)



89 江藤さんの原木生しいたけ
江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。
100g **322円(税込348円)**
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください



91 B品
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。
200g **225円(税込243円)**
茨城県

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)



90 B品
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。
200g **225円(税込243円)**
茨城県

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)



90 A品
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。
100g **210円(税込227円)**
茨城県

農産加工品

農産物の味をそのまま冷凍・冷蔵保存しました



イズックス (東京都・中央区)

92 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g **327円**(税込**353円**)
かぼちゃ (北海道)



日本生活協同組合連合会

93 北海道つぶコーン

凍 300g **245円**(税込**265円**)
とうもろこし (北海道)

サラダやスープ、煮込み料理などに



94 5種のお豆ミックス

北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。

凍 300g **262円**(税込**283円**)
大豆 (北海道)

胡麻や辛子和え、炒めものやサラダに調理例



95 冷凍北海道産いんげん

北海道中札内村産いんげんを旬な時期に収穫して加工。凍ったまま炒めるか茹でてお召上がりください。

凍 200g **278円**(税込**300円**)
いんげん (北海道)

ビールのおつまみ、おやつにも♪



96 北海道のそのまま枝豆

北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていますのでそのまま召し上がれます。

凍 250g **273円**(税込**295円**)
枝豆 (北海道)



97 べったら漬

手剥きした大根を低温でゆっくり漬込み、米と合わせ熟成。歯切れの良ささとさっぱりとした漬け上がり特徴。

冷蔵 30日 1/2本入 **457円**(税込**494円**)
大根 (国内産)



98 すっぱいいなか漬 (寒干し沢庵・糠漬)

宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。

冷蔵 120日 140g **325円**(税込**351円**)
大根 (宮崎県)

茨城の特産品「れんこん」を使っています!



99 ピリ辛れんこん醤油漬

茨城県産のれんこんを醤油漬にしました。ピリ辛味がクセになります。ごはんのおともやおつまみにも。

冷蔵 60日 120g **215円**(税込**232円**)
れんこん (茨城県)、唐辛子 (中国)



100 趙さんの味 はさみ込みキムチ

こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と、白菜を漬け込んだ本格発酵キムチ。

冷蔵 14日 350g **545円**(税込**589円**)
白菜 (国内産)



101 趙さんの味 熟成白菜キムチ

1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。

冷蔵 14日 200g **365円**(税込**394円**)
白菜 (国内産)、唐辛子 (中国)



102 趙さんの味 熟成カクテキ

1年以上熟成、発酵させた鮭の魚醤を使い旨味を引き出した濃厚でこってりとしたキムチ。こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と大根を漬けこみました。

冷蔵 14日 200g **370円**(税込**400円**)
大根 (国内産)



103 里ごぼう

シャキシャキの国産里ごぼうを、醤油をベースにさっぱりとした味に仕上げました。

冷蔵 180日 100g **417円**(税込**450円**)
ごぼう (国内産)



露地栽培の野沢菜を塩で下漬け後、かつおだしを主体に醤油、みりん、味噌を使った調味液に漬け込みました。



108 鬼無里 野沢菜漬

長野森林組合 (長野県・長野市)

冷蔵 14日 500g **295円**(税込**319円**)
野沢菜 (長野県)



104 福神漬(2個組)

国内産の大根、茄子、蓮根、しその葉、生姜、なた豆、ごまを、砂糖、醤油、食塩、酢、みりん、かつおだしで漬込み。

冷蔵 90日 100g×2 **320円**(税込**346円**)
大根 (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.0



105 徳用梅干し

大紀コープファーム (奈良県・五条市)

冷蔵 180日 500g **1550円**(税込**1674円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



106 三五八漬けの素

塩3、麹5、蒸し米8の割合で熟成させた漬床。野菜に軽くなでつけて、ひと晩置くだけでおいしく漬かります。

冷蔵 700g **435円**(税込**470円**)
米 (国内産)



107 熟成めか床

和歌山県の漬物屋が地元の米糠を使い熟成させためか床。きなこと、渋柿の皮、唐辛子、昆布を加えています。

冷蔵 180日 1kg **510円**(税込**551円**)
米ぬか (和歌山県)

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

お米

- ・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。
- ・土づくりを心掛けた生産者さんたちが作っています。

こう見るといかがでしょう?
ご飯はとても経済的で家計の強い見方にもなります。



金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円です試算した場合です



502001 白米 5kg 2350円(税込**2538円**)

502003 白米 2kg 945円(税込**1021円**)

502002 玄米 5kg 2250円(税込**2430円**)

JA常総ひかり・東町特栽培米組合 (茨城県・常総市)



502071 白山紫黒 (有機栽培紫黒米)

300g **670円**(税込**724円**)

山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

庄内協同ファーム・富樫さん (山形県・鶴岡市)

502072 有機初発芽玄米 「ぐるめくらぶ」

1kg **1150円**(税込**1242円**)

米 (岩手県)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのひとめぼれ (今摺米)

502011 白米 5kg 3500円(税込**3780円**)

502012 玄米 5kg 3200円(税込**3456円**)

502013 7分 5kg 3500円(税込**3780円**)

502014 5分 5kg 3500円(税込**3780円**)

黒澤さん (宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015 白米 5kg 3500円(税込**3780円**)

502016 白米 2kg 1400円(税込**1512円**)

502017 玄米 5kg 3200円(税込**3456円**)

502018 7分 5kg 3500円(税込**3780円**)

502019 5分 5kg 3500円(税込**3780円**)

黒澤さん (宮城県・涌谷町)

減農薬・減化学肥料栽培 (ネオニコチノイド系農薬不使用) のお米です。JA やさと稲作部会 の精糶 66名よりお届け。

やさとのお米 (コシヒカリ)

502031 白米 5kg 1998円(税込**2158円**)

502032 玄米 5kg 1888円(税込**2039円**)

JA やさと稲作部会 (茨城県・石岡市)

ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

山形・おきたま興農舎

502041 つや姫(白米) 2kg 1630円(税込**1760円**)

502042 つや姫(玄米) 2kg 1565円(税込**1690円**)

502043 つや姫(胚芽精米) 2kg 1690円(税込**1825円**)

502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 2750円(税込**2970円**)

おきたま興農舎 (山形県・高島町)

2020年産お米放射能検査結果 (セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

産地	名称	品種	白米	玄米
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	不検出	不検出
		つや姫	不検出	不検出
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	不検出	不検出 検出限界0.1Bq/kg (同位体研究所)

・検査機関: 常総生活協同組合 ・判定法: ゲルマニウム半導体γ線スペクトルメータによる核種判定
※生協では引き続き精度の高い検査をしています(生産者が外部機関で検査をしている場合はそちらの結果を掲載)
※新米の検査結果は別紙の検査結果一覧をご確認ください。

塩屋

(茨城県・ひたちなか市)

おいしい商品で
皆さんを笑顔に
できるように
私たちが加工して
お届けしています!



肉厚で脂のりも
抜群です **特**



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
109 国産真あじ開き3枚
対馬海域で漁獲した良質の真あじを、塩水に漬け込み、丁寧に干物に仕上げました。

凍 30日
3枚 220g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **463円**
真あじ (国内産)

色々な風味が
楽しめる! **特**



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
110 魚屋さんの混ぜちりめん
国産の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。

凍 30日
50g **320円** (税込 **346円**) 通常税込 **356円**
しらす (遠州灘~伊勢湾)

パスタと和えても
美味しい! **特**



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
111 真たらんのアクアパッツア
フライパンやお鍋で簡単に出来上がります。魚介類の旨味を引き出すトマトベースのアクアパッツアです。

凍 60日 米大
具材310g タレ25g×2 **830円** (税込 **896円**) 通常税込 **918円**
真たら (国内産)、あざり (国内産)、いか (国内産)

今週のおすすめ

独自の凍結技術が生み出す 活より旨い塩屋のしじみ **特**



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
112 徳用 酒沼のしじみ (冷凍)
有数のやまとしじみの産地、酒沼(ひぬま)より、砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。

凍 30日
500g **830円** (税込 **896円**) 通常税込 **918円**
しじみ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8

しじみの旨味を増大させるのは、凍結の段階です。塩屋さんでは約120日間じわじわと負荷をかけて旨味成分を増やします。この緩慢凍結により、活と比較しても明らかにダシの濃さに違いが出ます(オムニチン値は、-1℃~-8℃の間で活の8倍まで増えます)。塩屋さん独自の凍結技術が誇る「活より旨い」酒沼のしじみをお試しください。



水産品

- ・近海・天然ものを中心に扱います。
- ・給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰻とエビを扱っています。
- ・干物、漬魚には、酸化防止剤、化学調味料は不使用です。

かきの土手鍋風



お届けは11月2回になります
まるたか水産 (宮城県・石巻市)
113 荻浜湾で育ったプリプリ冷凍かき
三陸・荻浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。

凍 90日
200g **430円** (税込 **464円**)
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.2 <4.5

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)



114 高橋徳治商店の蒸しかき
旨味成分グリコーゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので身が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。

凍 60日
105g **398円** (税込 **430円**)
かき (宮城県)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)



115 子持ちからふとししゃも
ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大き目サイズのものをお届けします。

凍 180日 7~12尾150g **298円** (税込 **322円**) 通常税込 **346円**
からふとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)

カネヘイ下谷商店 (千葉県・銚子市)



116 さんま開き2枚
北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。

凍 120日
2枚170g **398円** (税込 **430円**)
さんま (北海道)

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)



117 国産真あじ開き
対馬海域で漁獲した良質の真あじを、塩水に漬け込み、丁寧に干物に仕上げました。

凍 30日
2枚150g **286円** (税込 **309円**)
真あじ (国内産)

丸一商店 (千葉県・南房総市)



118 さば一夜干し 2枚
脂のりの良いノルウェー産のさばを塩水漬け後、冷風乾燥にて仕上げました。

凍 120日
片身2枚200g **398円** (税込 **430円**)
真さば (ノルウェー)

高木商店 (千葉県・南房総市)



119 3枚
北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。

凍 180日 3枚400g **480円** (税込 **518円**)
真ほっけ (北海道)

高木商店 (千葉県・南房総市)



120 北海道産 真ほっけ開き一汐干し
北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。

凍 180日 3枚400g **480円** (税込 **518円**)
真ほっけ (北海道)

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)



121 三陸産天然ぶり生姜醤油漬
三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けておきました。

凍 180日 米大
3切180g **398円** (税込 **430円**)
ぶり (三陸南部沖) [放] 不検出 <3.8 <2.9

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)



122 しまほっけ 黒糖みりん漬
脂のりのアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりごまをブレンドした特製の調味液に低温で漬け込みました。

凍 米大
3切210g **415円** (税込 **448円**)
しまほっけ (アメリカ)

札幌中一 (北海道・札幌市)



123 秋鮭の粕漬
網走沖で漁獲された秋鮭を、酒粕、白味噌、みりん、食塩、昆布だしで作ったオリジナルの漬床に漬けました。

凍 90日 米大
4切200g **550円** (税込 **594円**) 通常税込 **616円**
秋鮭 (北海道)

札幌中一 (北海道・札幌市)



124 鱈の西京漬
北海道産のたらを、オリジナルの西京漬床に漬けました。フライパンで焼けます。

凍 90日 米大
4切200g **480円** (税込 **518円**)
たら (北海道)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)



125 ロシア産紅鮭切身 (中辛) 2切
東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。

凍 180日
2切140g **380円** (税込 **410円**)
紅鮭 (ロシア)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)



126 ロシア産紅鮭切身 (甘塩) 3切
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい<1切約55gにしました。甘塩です。

凍 180日
3切165g **498円** (税込 **538円**)
紅鮭 (ロシア)

旬の秋鮭で石狩鍋風の汁物に!
北海道、または三陸沖で漁獲した秋鮭を、皮、腹骨を除去し、切身にしました。

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)



127 皮なしサーモン(秋鮭)切身

凍 180日
4切200g **461円** (税込 **498円**) 通常税込 **538円**
秋鮭 (国内産)

※調理例



128 氷温造り 甘塩さば切身4切
ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂がのっています。

凍 120日
4切260g **450円** (税込 **486円**)
さば (ノルウェー)

※調理例



129 氷温造り 生姜焼き用シルバー切身
主にニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を生薑醤油に漬けて氷温熟成させました。

凍 180日 米大
2切140g **350円** (税込 **378円**)
シルバー (主にニュージーランド)

プリに食感が似て、身離れがよい魚です
※調理例



札幌中一 (北海道・札幌市)

130 北海道産にしん (2尾)
12月下旬~1月の一番味が乗った時季のにしんをそのまま急速凍結。大きめサイズで、旨味抜群です。

凍
2尾(360g) **480円** (税込 **518円**)
にしん (北海道)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)



131 えび・いかミックス
むきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。

凍 米大
180g **380円** (税込 **410円**)
えび (インド)、アカイカ (北太平洋)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)



132 プチむきえび
小型の天然えびを新鮮なうちにむき加工し、急速凍結しました。チャーハン、お好み焼きなど幅広く使えます。

凍 米大
200g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**
天然えび (ミャンマー)

共和水産 (岩手県・宮古市)



133 三陸産するめいか づぼ抜き
三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してづぼ抜きにしました。炒め物、煮物などに。

凍 米大
3~6枚230g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **443円**
するめいか (岩手県、青森県) [放] 不検出 <3.8 <3.9

共和水産 (岩手県・宮古市)



水産品の放射能検査について
・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県、太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

秋に美味しい丼

やっぱり
マグロが一番!



ヤマボシ (静岡県・焼津市)

134 焼津港のめばちまぐろ 中落ち風

めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。

凍 賞30日

100g **555円**(税込**599円**) 通常税込**610円**
めばちまぐろ (太平洋)

北海道の丼と
いえばこれ!



札幌中一 (北海道・札幌市)

135 秋鮭漬け丼

北海道産の秋鮭を醤油ベースのオリジナルのタレに漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、ご飯にのせて。

凍 賞90日 米 大 小

160g (80g×2) **740円**(税込**799円**) 通常税込**810円**
秋鮭 (北海道)

流水解凍で本格的な
磯丼をどうぞ!



共和水産 (岩手県・宮古市) 2食入

136 おらがつつた 宮古の磯丼

三陸産のいか、めかぶ、いくらを独自の調味液で味付けした磯丼用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。

凍 賞180日 米 大 小

50g×2 **398円**(税込**430円**) 通常税込**451円**
するめいか・めかぶ・いくら (岩手県) [販]不凍出3.5×4.0

脂がのった 山陰のはたはた

秋田県の名物に使われる食材として有名ですが、実は日本でいちばんの漁獲量を誇るのは兵庫県! 秋田の漁は11月末から1月、「ブリコ」と呼ばれるハタハタの卵を持っている雌が重宝され旬となります。対して山陰では9月から5月ごろまで漁がおこなわれ、山陰沖を回遊するところを漁獲するため、卵がないかわりに、しっかりと脂がのっているのが特徴です。



山米 (兵庫県・新温泉町)

137 はたはた下処理済み

山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて。天ぷらの具材にも。

凍 賞90日 100g5~7尾 **287円**(税込**310円**) 通常税込**322円**

はたはた (兵庫県)



山米 (兵庫県・新温泉町)

138 山かれい切り身

浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。上品な白身で地元で人気です。

凍 賞90日 150g **268円**(税込**289円**)

山かれい (兵庫県)



山米 (兵庫県・新温泉町)

139 ほたるいか沖漬け

新鮮度のうちに特製の醤油だれ(天然醸造醤油、三河みりん、料理酒「蔵の素」)に漬け込みました。

凍 賞6日 米 大 小 100g **380円**(税込**410円**)

ほたるいか (兵庫県)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

140 しめさばかぶら漬

国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし独自の調味液に漬け、かぶ、人参、生姜をのせ、かぶら漬に。

凍 賞180日 米 大 小 2枚210g **498円**(税込**538円**)

真さば (国内産)



海泉水産 (静岡県・浜松市)

141 しらす干し

遠州灘~伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。

凍 賞120日

20g×3 **450円**(税込**486円**)
しらす (遠州灘~伊勢湾)



ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市中)

142 篠島産釜揚げしらす 2個組

篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。

凍 賞180日

70g×2 **560円**(税込**604円**) 通常税込**626円**
いわし稚魚 (愛知県)



福昭水産 (静岡県・吉田町)

143 駿河湾産しらす(1番競り限定)

静岡県吉田港水揚げ限定です。水揚げから競りまでの時間が短いので鮮度抜群です。

凍 賞120日 60g **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円**

いわし稚魚 (駿河湾)

隠れた 美味しい 食材 カマ

「カマ」は魚の頭と胴体を繋いでいる辺り(エラの後ろの胸ビレのあたりの部分)です。胸ビレ辺りの盛んに使われる筋肉が集まっており、身が締まっていて身質がとっても良い部分。それでいて腹身に近いため脂もついているので美味しい。骨が多かったり、見た目が不格好だったりするため、アラの一部として販売される事がありますが、本来は一匹の魚から2切しかとれない貴重な部位。美味しくいただきます!



東北トクスイ (宮城県・塩釜市)

145 紅鮭かま(甘塩)

6~8月にアラスカ湾で漁獲した紅鮭のかま部分です。脂のりも程よいです。甘塩タイプ(塩分2~3%)。

凍 賞30日 米

300g(3~5切) **398円**(税込**430円**) 通常税込**464円**
紅鮭 (アメリカ)



遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。

凍 賞60日

3個300g **430円**(税込**464円**) 通常税込**486円**
めばちまぐろ (太平洋)



ヤマボシ (静岡県・焼津市)

146 めばちまぐろカマ



湊水産 (宮城県・石巻市)

147 無添加明太子 (切り込み)

着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。

凍 賞30日 米

60g **340円**(税込**367円**)
すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

148 モツイナイ魚・ 白身魚切り落としの煮付け

ねずみざめ(別名:毛鹿鮫)を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。湯煎で。

凍 賞90日 米 大 小

220g **430円**(税込**464円**)
ねずみざめ (太平洋)



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

149 モツイナイ魚・ めかじき切落とし煮付け

めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。

凍 賞90日 米 大 小

100g(固形60g)×2袋 **398円**(税込**430円**)
めかじき (太平洋)

魚肉練り製品

・リン酸塩による増量はせず、魚肉たっぷりの練り製品です。
・化学調味料も不使用です。



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

150 長崎 漁師町おでんネ(つゆ付)

長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。

冷 賞30日 卵 米 大 小

5種12個254g (つゆ90ml) **650円**(税込**702円**) 通常税込**713円**
たば (国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

151 長崎 もすく天

白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にもすくをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。

冷 賞8日 米

2枚 **368円**(税込**397円**)
魚肉 (国内産・タイ)、もすく (国内産)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

152 長崎 漁師揚げ

あじ、さわらなど長崎近海の魚100%を主原料に、食感に弾力を出し、薄く揚げた蒲鉾。

冷 賞7日 卵

100g **290円**(税込**313円**)
雑魚 (長崎県)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

153 長崎 いか天

いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。

冷 賞7日 米

30g×4 **270円**(税込**292円**)
すけそうだら (北海道、アメリカ)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

154 長崎甘鯛入り さつま揚げ

長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。

冷 賞7日 卵 米

25g×5 **368円**(税込**397円**)
甘鯛 (長崎県)

惣菜やお酒のつまみに



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

157 曲がりネギちりめん揚げ

曲がりネギの自然な甘さとちりめん塩分の絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍、または軽く炙って。

凍 賞180日 米

100g **315円**(税込**340円**)
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

158 いわしだんご

汁物に入れると美味しいダシが出ます。三陸産の真いわしと北海道産のタラのすり身を合わせ、ねぎと味噌を練り込んだ柔らかい食感のだんごです。

凍 賞60日 米 大

5個150g **300円**(税込**324円**)
いわし (宮城県)



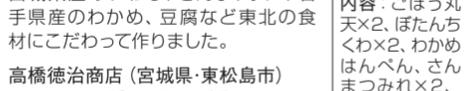
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

156 おとうふ揚げ(五目)

おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。

凍 賞180日 米 大

5個175g **312円**(税込**337円**)
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

159 三陸おでん セット

宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩手県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。

凍 賞60日 卵 米 大

6種10品326g **602円**(税込**650円**) 通常税込**670円**
すけそうだら (北海道)

「東北人だけが作れない
おでん種」がコンセプト

内容: ごぼう丸天×2、ぼたんちくわ×2、わかめはんぺん、さんまつまみれ×2、いわしだんご×1、おとうふ揚げ(椎茸入)×2

肉の旨みが違います！ 「北浦しゃも」

下河辺さんの



506円/100g

北浦軍鶏農場(茨城県・かすみがうら市)

160 地鶏 北浦しゃもモモ正肉

じっくりと時間をかけて育てたシャモのモモ肉。弾力ある食感とかむほどこにあふれ出すうまみ、香りが特徴。

凍

150g **703円**(税込**759円**) 通常税込**799円**

茨城県

422円/100g

北浦軍鶏農場(茨城県・かすみがうら市)

161 地鶏 北浦しゃもササミ

下河辺さんが育てた、シャモのササミ。さっぱりとした部位なのでサラダで。

凍

150g **586円**(税込**633円**) 通常税込**659円**

茨城県

320円/100g

北浦軍鶏農場(茨城県・かすみがうら市)

162 地鶏 北浦しゃも骨付きブツ切

シャモのモモとムネ肉を骨付きでお届け。煮物や鍋で、骨からしみ出るうまみまでご堪能ください。

凍

250g **740円**(税込**799円**)

茨城県

386円/100g

北浦軍鶏農場(茨城県・かすみがうら市)

163 地鶏 北浦しゃも挽肉

下河辺さんが育てた、シャモを挽肉にしました。うまみたっぷりの鶏団子で鍋や煮物の具に。

凍

150g **536円**(税込**579円**)

茨城県

豚肉

- 中津ミート：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ローズポーク：ミートバル村山では村山さん自身が自分の目で見て判断した上物の精肉だけを加工してお届けしています。他にはない逸品です！

306円/100g

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

164 茨城県産ローズポーク ロースしゃぶしゃぶ

冷蔵届いて3日

茨城県

300g **850円**(税込**918円**) 通常税込**929円**

238円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

167 茨城県産ローズポーク パラスライス

厚さ3~3.5mm。

冷蔵6日

250g **551円**(税込**595円**)

茨城県

163円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

168 茨城県産ローズポーク 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷蔵6日

200g×2 **605円**(税込**653円**) 通常税込**659円**

茨城県

166円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

169 茨城県産ローズポーク 小間切

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

冷蔵6日

150g×2 **460円**(税込**497円**)

茨城県

164円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

170 茨城県産ローズポーク 挽肉

赤身率は8割です。

凍

300g **455円**(税込**491円**) 通常税込**502円**

茨城県

249円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

171 中津豚パラスライス

脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。

冷蔵4日

200g **460円**(税込**497円**)

神奈川県

372円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

165 茨城県産ローズポーク ヒレブロック

脂のほとんどない部位です。

冷蔵6日

250g **860円**(税込**929円**) 通常税込**940円**

茨城県

220円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

166 茨城県産ローズポーク モモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

冷蔵6日

500g **1020円**(税込**1102円**) 通常税込**1112円**

茨城県

チャツネの肉巻き



◆材料
豚モモスライス… 250g
ピーマン…………… 1個
もやし…………… 1/2袋
「チャツネ」…………… 大さじ2
★しょうゆ…………… 大さじ2
酒…………… 大さじ1

◆作り方
① ピーマンは縦に細切りにする。
② 豚モモスライスを広げ、ピーマン、もやしを巻く。肉に対して野菜を斜めに置き、らせん状になる様に巻くと良い。
③ フライパンに油を熱し、②を巻き終わりを下にして並べ、中火で転がしながら焼く。
④ ★のタレの材料をすべて入れ、からめながら焼く。火が通ったら取り出し、タレをすこし煮詰めてかける。

224円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

172 茨城県産ローズポーク モモスライス

赤身主体部位。厚さ3mm。

冷蔵6日

250g **518円**(税込**559円**) 通常税込**570円**

茨城県

保存料・化学調味料不使用
万能! 甘辛調味料

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

173 チャツネ

スリランカ産マンゴーの果肉を、スパイスや酢、砂糖と一緒に煮込んで作った、甘辛風味の万能調味料です。

260g **570円**(税込**616円**) 通常税込**626円**

マンゴー(スリランカ)

245円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

174 中津豚モモ一口カツ用

赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。

冷蔵4日

200g **454円**(税込**490円**)

神奈川県

269円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

175 中津トントロ焼肉用

1頭から約300gしか取れない希少部位。

凍

200g **498円**(税込**538円**)

神奈川県

295円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

176 中津豚 ロースしょうが焼用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ5mm。

冷蔵4日

200g **545円**(税込**589円**)

神奈川県

195円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

177 中津豚小間切

各部位から集めています。

冷蔵4日

200g **360円**(税込**389円**)

神奈川県

192円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

178 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵4日

200g **355円**(税込**383円**)

神奈川県

176円/100g

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

179 豚挽肉(バラ凍結)

赤身率8割です。

凍

400g **650円**(税込**702円**)

茨城県

手羽先の中華風煮物

◆材料
鶏手羽先 …… 400g
どんこしいたけ… 6枚
たけのこ(水煮)… 200g
絹さや…………… 8枚
サラダ油 …… 大1
水(しいたけの戻し汁含む) …… カップ4
チキンコンソメ …… 1袋
A 酒…………… 大1
砂糖 …… 小1
みりん…………… 大1
しょうゆ…………… 大2
ごま油 …… 小1
水溶き片栗粉 …… 適宜

◆作り方
① どんこしいたけは、ぬるま湯で戻して二つに切っておく。たけのこは薄切り、手羽先は関節に切込みを入れ、反対方向に折って切っておく。
② 圧力鍋にサラダ油を熱し、手羽先を皮目から焼き、焼き色が付いたら返し、どんこしいたけ、たけのこを入れ炒めたらAを入れる。
③ 沸騰したらアクを取りふたを閉め、ロックピンが上がりおもりが揺れ始めたら弱火にし、10分加圧する。
④ 火を止めて5分蒸らす。
⑤ おもりを外し、ロックピンが下がり減圧が確認できたらふたをあけ、中火で煮汁が半分くらいになるまで煮つめる。
⑥ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を加えたら火を止め、器に盛り、サツと茹でた絹さやを飾る。

手羽先の細い方はそのまま煮てもいいですが、スープを作ってもおいしいです。

139円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

180 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍

400g **515円**(税込**556円**) 通常税込**567円**

茨城県

鶏肉

・つくば茜鶏：動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼いの鶏です。Non-GMO、PHFの飼料を与えます。飼育期間は約80日(一般的には55日)。

202円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

182 つくば茜鶏 ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。

凍

300g **560円**(税込**605円**)

茨城県

173円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

185 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

凍

300g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**

茨城県

55g

宮崎県産(千葉県・船橋市)

181 宮崎県産 どんこしいたけ

宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。

凍

55g **910円**(税込**983円**) 通常税込**994円**

しいたけ(宮崎県)

142円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

183 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

212円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

184 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県

173円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

185 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

凍

300g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**

茨城県

212円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

186 つくば茜鶏
ムネモモ唐揚げ用

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 180日

250g **490円** (税込 **529円**)

茨城県

104円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

187 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 180日

250g **240円** (税込 **259円**)

茨城県

143円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

188 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 180日

500g **660円** (税込 **713円**)

茨城県

214円/100g



秋川牧園 (山口県・山口市)

189 若鶏手羽中
ハーブ(バラ凍結)

非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた若鶏の手羽中。ほしい分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。

凍 180日

300g **595円** (税込 **643円**)

鶏肉 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)

みんな大好き **カレー!**



220円/100g

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

193 茨城県産ローズポーク
モモ赤身カレー用

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

冷 6日

200g **407円** (税込 **440円**) 通常税込 **448円**

茨城県

牛肉

- ・坊津黒牛 (鹿児島): 鹿児島県坊津地区の棚木さん、草野さん、渡辺さんからの黒毛和種です。3年かけて育てます。
- ・国産牛: 大分県、福岡県の生産者(3名)のホルスタイン種です。
- ・山方(やまがた)牛: 茨城県の銘柄牛です。黒毛和種とホルスタインのかけ合わせです。

594円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

190 鹿児島 坊津黒牛
焼肉用(モモ、バラ)

モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。

凍 30日

300g **1650円** (税込 **1782円**) 通常税込 **1825円**

鹿児島県

594円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

191 鹿児島 坊津黒牛
特選切り落とし150g×2

鮮やかな霜降りの入った部分のみを厳選した黒牛の切り落とし。

凍 30日

150g×2 **1650円** (税込 **1782円**)

鹿児島県

575円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

192 鹿児島 坊津黒牛
サイコロステーキ用×2

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。

凍 30日

170g×2 **1810円** (税込 **1955円**)

鹿児島県

みんな大好き



創健社 (神奈川県・横浜市)

657 マイルドカレー
ルウ(甘口)

5皿分

前日OK!

115g **310円** (税込 **335円**) 通常税込 **346円**

乳大 小

みんな大好き



創健社 (神奈川県・横浜市)

658 グルメカレー
ルウ(中辛)

5皿分

前日OK!

115g **310円** (税込 **335円**) 通常税込 **346円**

乳大 小

畜産加工品

- ・発色剤、結着剤、保存料、化学調味料不使用です。
- ・リン酸塩による増量もしていません。

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)



194 鎌倉
ポークソーセージ

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。

冷 20日

200g **350円** (税込 **378円**)

豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)



195 鎌倉
つかいっきりポークウインナー×3

使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。

冷 10日

49g×3 **265円** (税込 **286円**) 通常税込 **297円**

豚肉 (国内産)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)



196 鎌倉
ローズハムスライス×2

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷 15日

60g×2 **500円** (税込 **540円**)

豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

みんな大好き

村山さんのチャーシューを使った **チャーシュー麺!** (醤油)



中津ミート (神奈川県・愛川町)



198 中津
ボンレスハムスライス

自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。

冷 7日

100g **352円** (税込 **380円**)

豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)



199 中津
バラベーコンスライス

甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。

冷 7日

100g **380円** (税込 **410円**)

豚肉 (神奈川県)

デリカ横網 (愛知県・春日井市)



200 近江牛
のしぐれ煮

ブランド牛の近江牛を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分程度温めてお召し上がりください。

冷 60日 米大 小

180g **416円** (税込 **449円**) 通常税込 **460円**

牛肉 (滋賀県)

デリカ横網 (愛知県・春日井市)



201 近江牛
のこだわり牛丼 (2食入)

ブランド牛の近江牛を時間をかけ丁寧に煮込み肉質を柔らかく仕上げました。湯煎で5分程度温めて。

冷 60日 米大 小

140g×2 **583円** (税込 **630円**) 通常税込 **664円**

牛肉 (滋賀県)

ミートバル村山 (茨城県・土浦市)



202 村山
さんのチャーシュー

村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。

冷 7日 米大 小

200g **470円** (税込 **508円**) 通常税込 **518円**

豚肉 (茨城県)

共生食品 (神奈川県・相模原市)



203 内麦
生ラーメン 醤油(3食入)

国産小麦粉を使った、無着色、無かんすい、卵つき麺。スープはあっさりタイプなので具材で補って。

冷 7日 卵大 小

麺120g×3 スープ70g×3 **340円** (税込 **367円**) 通常税込 **378円**

小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

牛乳・卵

- ・サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛づくりにこだわり、生乳の生産から加工まで一貫しておこなっています。
- ・卵: 飼料は non-GMO (非遺伝子組換え)、抗生物質や抗菌剤など使用しないものを与えています。

土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

サツラク農協 (北海道・札幌市)

サツラク低温殺菌牛乳

冷 届いて3日 乳

1 1ℓ **302円** (税込 **326円**)

2 500ml **178円** (税込 **192円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながら美味しく追突し、乳脂肪分を1.0%に調整。

サツラク農協 (北海道・札幌市)

3 サツラク
低脂肪牛乳

冷 15日 乳

500ml **146円** (税込 **158円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

ジャム・蜂蜜
みそ汁

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

前日OK!

※紛失された場合は供給担当まで

森食品 (長野県・千曲市)



616 完全
熟杏ジャム

木で熟した杏を使用。杏特有の酸味と甘さをいかした風味です。人工的にペクチンを使わないので軟らかめでさらさらとしたジャムです。

冷 7日

245g **430円** (税込 **464円**)

杏 (長野県)

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)



205 紅玉
ジャム

長野県産の紅玉りんごを使用。あっさりとした甘さが味わえます。原材料にはちみつを含みます。

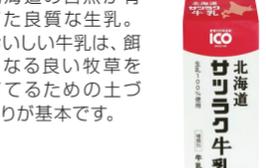
冷 7日

180g **370円** (税込 **400円**) 通常税込 **410円**

りんご (長野県)

北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

サツラク農協 (北海道・札幌市)



4 サツラク
牛乳

冷 15日 乳

1ℓ **250円** (税込 **270円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社 (北海道・江別市)



5 おい
しさまるやか (成分調整牛乳)

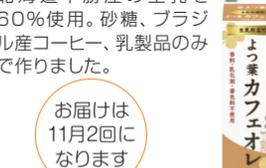
冷 届いて10日 乳

1ℓ **219円** (税込 **237円**)

生乳 (北海道)

北海道十勝産の生乳を60%使用。砂糖、ブラジル産コーヒー、乳製品のみで作りました。

よつ葉乳業 (北海道・音更町)



204 生乳
仕立てよつ葉カフェオレ

冷 届いて6~10日 乳

1ℓ **277円** (税込 **299円**)

生乳 (北海道)

国産の栗を蒸し上げ、ひとつひとつ実を取り出し、ペースト状にしたものに粗糖を加え、直火炊きました。

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)



206 栗
ジャム

冷 180日

120g **650円** (税込 **702円**) 通常税込 **713円**

栗 (熊本県)

創健社 (神奈川県・横浜市)



207 けん
ちん汁みそ仕立て

冷 180日

10g×4 **560円** (税込 **605円**)

大豆 (岩手県)

岩手県産の丸大豆と国内産米で仕込んだ味噌を使用。野菜たっぷり、味噌の風味豊かなけんちん汁です。

創健社 (神奈川県・横浜市)



宇治田農場 (茨城県・石岡市)



6 宇治
田さんの平飼い卵

多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬・抗生物質不使用。

冷 7日 卵

6個 **330円** (税込 **356円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)



7 八郷
の卵

全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物(とうもろこし・大豆等)を鶏に与えています。

冷 11日 卵

10個 **236円** (税込 **255円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

契約者、募集中です!
有機農業の循環の中から産まれた卵です

天池さん、杉山さん (茨城県・石岡市)



契約
平飼い卵

開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。

冷 6日 卵 入り

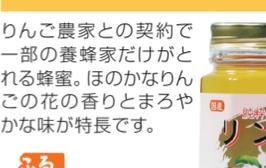
330円 (税込 **356円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

国産のはちみつです!

りんご農家との契約で一部の養蜂家だけがとれる蜂蜜。ほのかなりんごの花の香りとまろやかな味が特長です。

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)



208 国産
リンゴの花はちみつ

冷 180日

180g **1100円** (税込 **1188円**)

はちみつ (国内産)

アカシアの花から採った天然100%純粋のはちみつ。色、香り共に淡く、あっさりした味で、人気のはちみつ。

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)



209 国産
純粋はちみつ アカシア

冷 180日

350gポリ容器 **2300円** (税込 **2484円**) 通常税込 **2506円**

はちみつ (秋田県、他) [放] 不検出 <3.1 <2.6

常総パン祭り! 全品特価でお届けします!

パン
・原則として国産の粉、天然酵母を使用します。国産では入手が困難な粉については、残留農薬やポストハーベストが不検出又は基準値内の原料を使用します。
・イーストフードと合成防腐剤は使用しません。

自家製酵母パン Le-Lourdes



- 賞届いて1~2日 小
Le-Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(食パン) 1斤
210 6枚
211 8枚
212 ノースライス
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

- ※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないことがありますが、食味に影響はありません。
※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります。
賞届いて1~2日 小
Le-Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤
213 8枚
214 ノースライス
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

- ※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります。
賞届いて1~2日 小
Le-Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤
213 8枚
214 ノースライス
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

215 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩
賞届いて1~2日 小 1斤 295円(税込319円) 通常税込324円
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

216 フルーツナッツ食パン(ノースライス)
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、アーモンド、胡桃、いちじく、塩
賞届いて1~2日 小 1斤 611円(税込660円) 通常税込665円
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

217 フルーツナッツカンパニユ
第三世界ショッププレスオールターナティブさんのドライフルーツ・ナッツがたっぷりのパンです。
賞届いて1~2日 小 1個 610円(税込659円) 通常税込664円
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

218 ドッグパン
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩
賞届いて1~2日 小 3個 295円(税込319円) 通常税込324円
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<3.5<3.9



219 プレーンベーグル
原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
凍賞30日 米小 1個 162円(税込175円) 通常税込180円
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

220 全粒粉ベーグル
原材料:小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
凍賞30日 米小 1個 189円(税込204円) 通常税込210円
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

221 抹茶ベーグル
独特のモチモチ感のある生地に仕上げ、抹茶を混ぜ合わせることで抹茶の風味豊かなベーグルに仕上がります。
凍賞30日 米小 1個 189円(税込204円) 通常税込210円
小麦粉(北海道)、抹茶(京都府)

222 クーベルチュールチョコベーグル
風味豊かなクーベルチュールチョコと混ぜ合わせ、美味しくお召し上がり頂けます。
凍賞30日 米小 1個 189円(税込204円) 通常税込210円
小麦粉(北海道)、チョコ(国内産)

223 おからベーグル
おからをたっぷりと混ぜ合わせることで独特のモチモチ感のあるベーグルに仕上がっています。
凍賞30日 米小 1個 189円(税込204円) 通常税込210円
小麦粉(北海道)、おから(茨城県)

224 小豆ベーグル
国産小豆を生地にたっぷり混ぜ合わせました。小豆の風味が特徴のベーグルです。
凍賞30日 米小 1個 189円(税込204円) 通常税込210円
小麦粉(北海道)、小豆(茨城県)

225 にんじんベーグル
原材料:小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、人参(浅野農園)、粗精糖、天日塩、天然酵母
凍賞30日 米小 1個 205円(税込221円) 通常税込227円
小麦(北海道)、人参(茨城県)

226 かぼちゃベーグル
原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、かぼちゃ、粗精糖、天日塩、天然酵母
凍賞30日 米小 1個 217円(税込234円) 通常税込240円
小麦(北海道)、かぼちゃ(茨城県)



227 半斤3枚 135円(税込146円) 通常税込151円
228 1斤6枚 265円(税込286円) 通常税込292円
229 ノースライス 260円(税込281円) 通常税込286円
小麦(アメリカ、他)

230 プリュッセル ワッフル
約65g×6 595円(税込643円) 通常税込653円
小麦(カナダ、他)

乳製品 デザート
素材の味を活かした製品づくりを心掛けています

232 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。
賞届いて7~11日 乳 100g 500円(税込540円)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.5<3.2

233 石岡 鈴木牧場 スカモルツァ(プレーン)
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。
賞7日以上 乳 40g 292円(税込315円)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.8<4.1

234 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(バジル)
鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召し上がりください。
賞14日以上 乳 30g 199円(税込215円)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.3<3.1

235 腸内活性性 ヨーグルメイト(プレーン)
ホリ牧場で搾乳した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。
賞21日 乳 380g 550円(税込594円)
生乳(石川県) [放]不検出<4.0<4.0

236 腸内活性性 ヨーグルメイト(加糖)
ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。
賞21日 乳 90g×3 465円(税込502円)
生乳(石川県) [放]不検出<4.0<4.0

237 サツラク酪農家限定 ヨーグルト(プレーン)
サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。
賞18日 乳 500g 265円(税込286円)
生乳(北海道) [放]不検出<3.9<3.1

238 サツラク酪農家限定 ヨーグルト(加糖)
11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)
賞18日 乳 80g×3 212円(税込229円)
生乳(北海道) [放]不検出<3.9<3.1

239 生乳たっぷりのおむろヨーグルト
生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖
賞19日 乳 180ml×2 256円(税込276円)
生乳(福島県) [放]不検出<3.7<4.5

240 濃厚豆乳プリン
愛知県産の豆乳、牛乳、国産卵を使って作った本格派カスタードプリンです。ゼラチン(豚由来)使用。
賞30日 卵乳大 100g×2 250円(税込270円)
牛乳(愛知県) [放]不検出<3.8<3.5

241 豆乳ぶりん 黒ごま
国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらも濃厚な黒ごまの風味が活かした黒ごまプリンです。
賞30日 卵大 80g×4 298円(税込322円)
豆乳(国内産)

242 ペに花 ハイプラスマーガリン
ペに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まるでココクのあるマーガリンです。
賞 乳大 180g 296円(税込320円)

大豆加工品

・国産大豆 100% 使用。
・豆腐は海水にかりで固め、
消泡剤も不使用です。



243 ミニもめん豆腐
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。
150g×2 **180円**(税込**194円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.2<1.2



244 ミニきぬ豆腐
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。
150g×2 **175円**(税込**189円**)
大豆(国内産) [放]不検出<0.9<1.2

丸和



245 もめん豆腐
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。
300g **176円**(税込**190円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.2<1.2



246 きぬ豆腐
大豆(国内産) [放]不検出<0.9<1.2
300g **165円**(税込**178円**)

あと1品欲しい時に便利♪



セット内容：味付うの花料理 150g、白和え 150g、味付えび入京かんも

252 丸和の小鉢セット
丸和の和風お惣菜セット。盛り付けするだけで手軽な小鉢の一品に。夕食やおつまみとして。原材料にはちみつを含みます。
3種 **760円**(税込**821円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.5<1.5



247 押し豆腐
国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。
220g **235円**(税込**254円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.4<1.1



248 揚げ
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふっくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。
3枚 **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.5<1.5



249 きざみ揚げ(冷凍)2袋
国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の揚げを細かく刻み、冷凍しました。
100g×2 **398円**(税込**430円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.2<1.9



250 味付いなり揚げ2個組
肉厚の揚げを、かつおだしをしっかりきかせて家庭煮の味付けに。湯せんして温めると口が開けやすいです。
10枚×2 **780円**(税込**842円**)
大豆(国内産) [放]不検出<0.9<1.0



251 絹生揚げ
絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。
230g **205円**(税込**221円**)
大豆(国内産) [放]不検出<1.6<1.5

茨城といえば、やっぱり納豆

県北から県央地域にかけては、その昔、治水技術が未発達だったころ、秋の台風シーズンになると那珂川の氾濫による水害が頻発していました。そのため水戸藩は、台風が来る前に収穫できる早生(わせ)大豆づくりを奨励。しかし、早生大豆は、台風の後に収穫する大豆に比べて粒が小さく、豆腐や味噌などの加工には不向きでした。そこで、小さい大豆でもおいしく作れる加工品として注目されたのが、納豆だったのです。



254 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。
35g×3 **148円**(税込**160円**)
大豆(茨城県) [放]不検出<4.2<4.2



255 十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)
北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。
40g×2 **172円**(税込**186円**)
大豆(北海道)



256 十勝の息吹 ひきわり2P(タレ・カラシ付)
北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。
40g×2 **172円**(税込**186円**)
大豆(北海道)



257 遊作納豆(タレ・カラシ付)
茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。
80g **206円**(税込**222円**)
大豆(茨城県) [放]不検出<1.7<1.7

253 水府納豆ミニ3(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。
40g×3 **135円**(税込**146円**)
大豆(茨城県) [放]不検出<3.0<3.4

日配品 海藻 麺類・皮
・こんにゃく：国産のこんにゃく芋を使用しています。
・麺・皮：国産小麦100%です。



258 上州産 徳用こんにゃく
群馬県産のこんにゃく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。
450g **110円**(税込**119円**)
こんにゃく粉(群馬県) [放]不検出<4.2<3.7



259 上州産 徳用しらたき
群馬県産のこんにゃく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。
400g **110円**(税込**119円**)
こんにゃく粉(群馬県) [放]不検出<3.7<3.5



260 洗いもずく
沖縄・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きが必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。
200g **240円**(税込**259円**)
もずく(沖縄県)



261 淡路島 天然わかめ(塩蔵)
淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。
150g **410円**(税込**443円**)
わかめ(兵庫県)



262 国産あかもくめかぶミックス
あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感に粘りが加わり食べやすい。お好みのたれて。
40g×3 **330円**(税込**356円**)
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)



263 松島湾産おさしみあかもく
ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、麺類の具などにどうぞ。
100g **250円**(税込**270円**)
あかもく(宮城県) [放]不検出<3.8<4.0



264 内麦焼そば(ソース付)
国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。
麺150g×3、ソース30g×3 **257円**(税込**278円**)
小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1

265 煮豆 とら豆
北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。
150g **324円**(税込**350円**)
とら豆(北海道)

266 昆布豆
秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふっくらと仕上がっています。
130g **220円**(税込**238円**)
大豆(秋田県) [放]不検出<2.9<3.2

267 いかなご釘煮
朝一番に水揚げされた新鮮ないかなごを使用。ほんのりとした苦味と、素材の旨みを活かし、味付けしました。
80g **590円**(税込**637円**)
いかなご(兵庫県)

271 やさとの 半熟たまご(温玉)
非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。
4個(タレ無) **195円**(税込**211円**)
卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4

272 まいたけご飯の素
舞茸をふんだんに使用した炊きこみごはんの素。歯ざわりのよさと舞茸特有の風味が楽しめます。
170g(2合用) **390円**(税込**421円**)
まいたけ(埼玉県) [放]不検出<4.8<3.5



268 しらすくま
瀬戸内海産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くま(有機JAS認定)を加えました。えぐ味の少ないくましらすが後を引くおいしさです。
100g **580円**(税込**626円**)
しらす(瀬戸内海)



269 国産味付メンマ
国産(愛媛県)のたけのこを使用し、食感を生かした歯ごたえのある味付けメンマです。ラーメンや箸休めに。
90g **461円**(税込**498円**)
たけのこ(愛媛県)



270 国産山くらげたまり漬
国産(茨城県)で栽培・収穫された山くらげを醤油だれで漬け込みました。コリコリとした食感が特徴です。
90g **461円**(税込**498円**)
山くらげ(茨城県) [放]不検出<3.6<3.5



271 やさとの 半熟たまご(温玉)
非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。
4個(タレ無) **195円**(税込**211円**)
卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4



包丁いらす&下処理済み JOSOのミールキット

全品特価

たくさんの美味しい・嬉しいの
声が届いています!

大好評のミールキット

包丁、まな板は使わず、全て15分以内で調理可能なミールキットを揃えました。手間なく、無駄なく、作りたての味わいを楽しめる手作りキット。材料は全て下処理済みです。



合計で **8500食** 突破!

※イメージ

2人前以上
簡単レシピ
付きます

忙しい時、大変助かります。簡単に調理できてくると嬉しいと思えました。味付けが少々濃くしてあるので、次回注文した時には、家にいる野菜を少し加えて調理するとボリュームアップするし、味付けも、まろやかに感じると思います。(牛久市：Nさん)

手早く調理できて、味付けも本格的な黒酢酢豚を作ることができました。たれと具の割合も丁度良い印象です。美味しくいただきました!(龍ヶ崎市：Kさん)

餃子と野菜のハーモニー



1食当り **375円** (税別)

調理時間：準備品
約10分 油

セット内容：カット野菜(白菜(国産)、玉ねぎ、にんじん、ピーマン)、水餃子、ガーリックソース、醤油だし

食塩相当量：3.8g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

275 野菜と食べるさっぱり水餃子

餃子は国産小麦にでんぷんと菜種油を合わせることで皮はつるつるとしています。野菜もたっぷりです。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小

2人前(約430g) **750円**(税別) **810円**(税込) 通常税込 971円

キャベツ(国内産)

肉厚なイカにあんかけを絡めて



1食当り **385円** (税別)

調理時間：準備品
約15分 卵2個、片栗粉大さじ1・油

セット内容：カット野菜(白菜、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、きくらげ、水揚げのこ、漬け魚(アカイカ))

食塩相当量：3.9g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

276 アカイカとたっぷり野菜あんかけ

国産の柔らかく肉厚なイカに特製タレを合わせました。野菜もたっぷりです。ご飯とも相性抜群です。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小

2人前(約390g) **770円**(税別) **832円**(税込) 通常税込 971円

アカイカ(国内産)、白菜(国内産)

タケノコと豚肉のハーモニー



1食当り **412円** (税別)

調理時間：準備品
約6分 油

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉

食塩相当量：3.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

277 国産野菜の青椒肉絲

ご家庭では手間の多い細切野菜とタケノコとタレ漬豚肉のセットです。下処理済なのでフライパン一つでOKです。

冷蔵届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前(約320g) **824円**(税別) **890円**(税込) 通常税込 1037円

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

もっちり麺がピリ辛スープに絡む



もやしがつきます。目安は200~250gなので、1袋そのままお使いください

1食当り **518円** (税別)

調理時間：準備品
約6分 油

セット内容：カット野菜(にら、人参)、麺×2袋、坦々の素、単品もやし、スープ

食塩相当量：7.87g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

278 半日分の野菜が摂れる担々麺

新鮮な野菜とごまの風味たっぷりの担々の素に、もっちり麺と濃厚なスープがセットになりました。

冷蔵届いて1~2日 卵 大 小

2人前(約490g) **1036円**(税別) **1119円**(税込) 通常税込 1296円

小麦粉(神奈川県)、にら(国内産)

黒酢で味に深みをプラス



1食当り **399円** (税別)

調理時間：準備品
約6分 油

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉

食塩相当量：1.21g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

279 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前(約410g) **798円**(税別) **862円**(税込) 通常税込 1037円

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

海鮮の旨味がたっぷり



1食当り **411円** (税別)

調理時間：準備品
約4分 油

セット内容：カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、人参)、もやし、具材入り添付たれ

食塩相当量：1.5g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

280 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め

新鮮な野菜と本格海鮮ソースのセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つで手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵 大 小 元

2人前(約460g) **822円**(税別) **888円**(税込) 通常税込 1015円

白菜(国内産)、えび(ベトナム)

白身魚の旨味と野菜がマッチ



1食当り **425円** (税別)

調理時間：準備品
約5分 油

セット内容：調理魚、カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参、エリンギ、パプリカ)

食塩相当量：1.0g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

281 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小

2人前(約375g) **850円**(税別) **918円**(税込) 通常税込 1078円

玉ねぎ(国内産)、シイラ(長崎県)

海鮮のダシがきいていて美味



1食当り **438円** (税別)

調理時間：準備品
約6分 ごま油、白飯

セット内容：海鮮の具、カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、タレ

食塩相当量：1.80g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

282 海鮮中華丼の具(醤油)

新鮮な野菜と本格海鮮塩炒めソース、だし醤油タレが入った中華丼の具が作れるセットです。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小

2~3人前(約455g) **875円**(税別) **945円**(税込) 通常税込 1134円

キャベツ(国内産)、スルメイカ(青森県)

レンジや湯煎でOKなものも!
フライパンや鍋一つでできちゃう

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 6~8個

283 さんまチーズサンド

開いたさんまによつ葉のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。

凍 180日 乳 小

6~8個150g **395円**(税別) **427円**(税込)

さんま(国内産)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 6~11枚

284 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)

フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。

凍 180日 米 大 小

6~11枚150g+タレ50g **375円**(税別) **405円**(税込)

真あじ(千葉県) [放] 不検出<3.3<3.7

つかさ食品(千葉県・南房総市) 6~12枚

285 いわし蒲焼用(タレ付)

国内で漁獲された真いわしを三枚におろして腹骨を取り、国産小麦粉をまぶしました。別添タレ付き。

凍 180日 米 大 小

6~12枚180g+タレ50g **380円**(税別) **410円**(税込) 通常税込 430円

真いわし(国内産)

ニッコヨ(神奈川県・大和市) 10個入

286 えびにら餃子

にらとえびの旨みがマッチした餃子。ごま油の風味がきいています。皮は国産小麦粉使用。焼いて。

凍 米 大 小

18g×10 **367円**(税別) **396円**(税込) 通常税込 416円

えび(インドネシア、ベトナム、他)

鍋、味噌汁、煮物の具に

大新(鳥取県・境港市) 15個入

287 いわしごぼうつみれ

国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。

凍 120日 米 小

180g **335円**(税別) **362円**(税込)

いわし(国内産)

ニッコヨ(神奈川県・大和市) 15個入

288 徳用北京餃子

普通の餃子より野菜(特ににら)を多く入れました。皮は国産小麦粉使用。焼いて。

凍 大 小

18g×15 **400円**(税別) **432円**(税込)

豚肉(国内産)

本場の味付けが手軽に味わえます

もやし・小松菜・ぜんまい・大根の4種。冷蔵が流水解凍後、ほぐし和え直してから盛付け。ぜんまいは中国産。

お徳 2個組

カラミノフーズ(東京都・新宿区)

289 冷凍ナムルセット(2個組)

冷蔵届いて1~2日 米 大 小

150g×2 **870円**(税別) **940円**(税込) 通常税込 994円

カラミノフーズ(東京都・新宿区) 2食入

290 ブルコギ丼の具(国産牛)

甘い韓国風の焼肉「ブルコギ」を丼用の具にしました。湯煎してご飯にかけて。炒めた野菜を添えても。

凍 米 大 小

100g×2 **607円**(税別) **656円**(税込)

牛肉(国内産)

手軽に本格的なチャブチェを楽しめます

ガラミノフーズ(東京都・新宿区) 2食入

291 チャブチェ

ブルブルの春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。湯煎して。

凍 米 大 小

180g×2 **599円**(税別) **647円**(税込)

春雨(国内産)

愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。

大黒淡水(静岡県・焼津市) 70g×2

292 うなぎ蒲焼 70g×2

凍 米 大 小

70g×2、たれ・山椒付 **1880円**(税別) **2030円**(税込) 通常税込 2138円

うなぎ(愛知県)

まるたか水産(宮城県・石巻市) 80g

293 がぜみそ(うに味噌漬)

旬の時期(6月~8月)の宮城県産天然きたむらさきうにを使用。仙台味噌、砂糖、日本酒で味付けしました。

お届けは11月2回になります

凍 90日 米 大

80g **598円**(税別) **646円**(税込) 通常税込 680円

きたむらさきうに(宮城県)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 75g×2

294 骨までやわらかさんまみぞれ煮

加圧処理済みで湯煎10分で骨まで食べられます。粗目の大根おろしを加えたタレでみぞれ煮にしました。

凍 米 大 小

75g×2 **398円**(税別) **430円**(税込)

さんま(国内産)

ダイマツ(鳥取県・米子市) 220g

295 氷温造りさわらの雪見おろし(南蛮柚子)

国産(一部韓国産)のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。

凍 180日 米

220g **335円**(税別) **362円**(税込)

さわら(国内産、韓国)

16ページに大進特集!

ヨコハマの餃子

ナンタンちゃん

鍋がレンジで

ニッコーフーズ (大阪府・大阪市) 2食入

296 関西風きつうどん

国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。

凍 2食520g **320円** (税込 **346円**)

小麦 (国内産)

茹で時間約1分

シマダヤ (東京都・渋谷区)

297 冷凍 稲庭風うどん (5食入)

国産小麦粉使用。喉ごし強いコシのゆで麺。1食分を更に半分にできる切込み付。加工澱粉：約5.5%

凍 200g×5 **408円** (税込 **441円**)

小麦 (国内産)

レンジかトースターで温めて

菅原食品販売 (宮城県・塩竈市)

298 天ぷらセット (濃縮たれ付) 2人前

5種の野菜(南瓜、さつまいも、舞茸、茄子、野菜かきあげ)を米油で揚げた天ぷらセット。たれは希釈して。

凍 200g(2人前) 5種×2個 **537円** (税込 **580円**) 通常税込 **594円**

かぼちゃ、さつまいも (国内産)

組合員さんからのクチコミ

美味しくおかずを足したい時に便利ですよ。薄めたい時も使えます。電子レンジで温めたい時に便利です。美味しくおかずを足したい時に便利ですよ。薄めたい時も使えます。電子レンジで温めたい時に便利です。

国産野菜・小麦使用 トースター仕上げでサクサクに

ニッコー (神奈川県・大和市) 4個入

299 野菜かき揚げ

国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。

凍 4個260g **430円** (税込 **464円**)

玉ねぎ、ごぼう、人参、いんげん (国内産)

むね串なしの2種セットへリニューアル! (少しお得になりました)

秋川牧園 (山口県・山口市)

300 やきとりセット 2種×各3本

秋川牧園の若鶏を使用した、もも・つくねの各3本組セット。湯煎またはレンジで。

凍 卵米大小 180g(2種各3本) **639円** (税込 **690円**)

鶏肉 (山口県、他)

お弁当におかず

秋川牧園 (山口県・山口市)

301 からあげ

開放鶏舎で植物性主体の飼料で育てた若鶏のムネ肉を醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。

凍 卵米大小 150g **447円** (税込 **483円**)

鶏肉 (山口県、他)

レンジで温めて

ニッコー (神奈川県・大和市)

302 エビカツフライ 4個入

魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。

凍 卵米大小 4個152g **395円** (税込 **427円**)

えび (インドネシア、ベトナム、タイ)

食べ応えあり!お弁当にも

ニッコー (神奈川県・大和市) 8個入

303 ごぼうとひじきの豆腐団子

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。

凍 卵米大小 8個144g **345円** (税込 **373円**)

ごぼう (国内産)

レンジかトースターでご飯にもパンにも合う

秋川牧園 (山口県・山口市) 4個入

304 黒豚メンチカツ

秋川牧園の黒豚ミンチにたっぷりの国産玉葱、秋川牧園の卵と牛乳も加え味付けをし衣で包み揚げました。

凍 卵米大小 120g(4個) **368円** (税込 **397円**)

豚肉 (国内産)

骨がなくて食べやすい

秋川牧園 (山口県・山口市)

305 フライドチキン (骨なし)

塩麹で若鶏むね肉に柔らかさと旨みを加えコーンフレークの衣でサクサク食感をプラス。骨なしタイプ。

凍 卵米大小 300g **880円** (税込 **950円**)

鶏肉 (国内産)

オーブントースターかレンジで

秋川牧園 (山口県・山口市)

306 スパシーささみカツ

開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパシーなカレー味のカツにしました。フライ済。

凍 卵米大小 160g **389円** (税込 **420円**) 通常税込 **436円**

鶏肉 (山口県、他)

レンジかフライパンで温めて

ニッコー (神奈川県・大和市)

307 ふんわり豆腐ハンバーグ 2パック

消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグ。

凍 卵米大小 (90g×3)×2 **842円** (税込 **910円**) 通常税込 **940円**

大豆・鶏肉 (国内産)

きのこの旨味たっぷりなソースが美味しい!袋ごとレンジか湯煎で

ニッコー (神奈川県・大和市)

308 有機パスタの和風きのこスパゲッティ 2食入

有機パスタを使用した和風のきのこスパゲッティ。醤油ベースのソースがきのこに相性抜群。

凍 卵米大小 400g(2食入) **515円** (税込 **556円**) 通常税込 **586円**

小麦 (イタリア)、しめじ・エリンギ・マッシュルーム (国内産)

茹で時間目安3~4分

ハッコー食品 (千葉県・千葉市)

309 ラザニア皮

乾燥のものに比べてソフトでコシがあります。冷蔵庫で自然解凍し、たっぷりの湯で茹でてご使用下さい。

凍 卵米大小 180日 卵小 20枚 (9cm×9cm) **415円** (税込 **448円**)

小麦 (カナダ、オーストラリア、他)

レンジで温めて

ニッコー (神奈川県・大和市)

310 鶏ごぼうシュウマイ 8個入

削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。

凍 卵米大小 27g×8 **355円** (税込 **383円**)

鶏肉 (国内産)

国産野菜とお米で作りました

ニッコーフーズ (大阪府・泉佐野市)

311 香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン

豚肉・玉葱・人参・葱・玉子など具材を直火で香ばしく炒めた本格的な炒飯。フライパンかレンジで温めて。

凍 卵米大小 230g×2 **403円** (税込 **435円**)

米 (国内産)

レンジで温めて

カラミフーズ (東京都・新宿区)

312 鶏五目中華ちまき 4個入

国産もち米に鶏肉・牛蒡・人参・椎茸等を混ぜ、醤油・オイスターソースで味付したおこわを竹皮で包みました。

凍 卵米大小 320g(4個入) **640円** (税込 **691円**)

もち米・鶏肉 (国内産)

食べるサムゲタン風スープ

カラミフーズ (東京都・新宿区)

313 食べるサムゲタン風スープ 2食入

韓国の薬膳料理サムゲタンをアレンジしたスープで、身体の芯から温めてくれる一品。ほくした鶏肉にもち米を加えました。湯煎して。

凍 卵米大小 300g×2 **646円** (税込 **698円**)

鶏肉 (国内産)

食べ応えのあるサイズですレンジで温めて

トッパヘル (静岡県・焼津市)

314 しょう油味 たこ焼き 20粒

国産小麦粉に化学調味料・合成添加物不使用の醤油風味のたこ焼き。長ネギ、生姜がより味を引き立てます。

凍 卵米大小 400g(20粒) **636円** (税込 **687円**)

小麦 (国内産)、タコ (ベトナム)

ふっくら仕上げ1枚ずつの手焼きです

美雷 (大分県・宇佐市)

315 関西風お好み焼き 2枚

国産小麦使用ミックス粉にキャベツ・卵・豚肉・天玉を加えたカツオ風味のお好み焼き。レンジで温めて。

凍 卵米大小 160g×2枚 **536円** (税込 **579円**)

小麦 (北海道)、キャベツ (福岡県)

しっとりホクホク食感の紅はるか使用

農事組合法人マルツポ (茨城県・かすみがうら市)

316 焼きいもスティック

茨城県産さつまいも100%使用したスティックタイプの焼きいも。お弁当・サラダに。レンジか自然解凍でも。

凍 卵米大小 300g **300円** (税込 **324円**)

さつまいも (茨城県) [放] 不検出<3.5<3.7

レンジかトースターで

バイオニアフーズ (北海道・宗極町)

317 ミニポテト オープントースター用

北海道産じゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。

凍 卵米大小 500g **298円** (税込 **322円**)

じゃがいも (北海道)

レンジで温めて

ニッコー (神奈川県・大和市)

318 ミニたい焼き (あずき) 10個入

国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。

凍 卵米大小 10個400g **400円** (税込 **432円**)

小豆 (北海道) [放] 不検出<3.3<3.3

冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉 芽吹き屋

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

319 芽吹き屋 三色だんご 4本入

よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。

凍 卵米大小 4本180g **410円** (税込 **443円**)

青大豆 (中国、台湾)

素材にこだわり心をこめて作りました

弁天堂 (兵庫県・淡路市)

321 冷凍パイシート

1枚が4カットになっています。国産小麦と国産バターで作ったパイ生地。香料(洋酒等)不使用。国産小麦独特の風味をお楽しみください。

凍 卵米大小 400g **870円** (税込 **940円**)

小麦 (国内産)

人気です! KUBOTA のアイス

久保田食品 (高知県・南国市)

325 四万十栗 アイスクリーム

原料に洋酒を使用。上質の四万十栗を使用、素材の良さを活かすようにシンプルな原材料で仕上げました。アルコール分：0.1%

凍 卵米大小 100ml **280円** (税込 **302円**)

生乳 (国内産)・栗 (高知県)

底にある。とろ〜り黒蜜ときなこが相性抜群

久保田食品 (高知県・南国市)

326 黒蜜きなこ アイスクリーム

国内産黒豆のきなこを使用。自家製黒蜜の落ち着いた甘味と芳醇なきなこの香りがベストマッチした美味しさ。

凍 卵米大小 100ml **220円** (税込 **238円**)

生乳・黒大豆 (国内産)

濃厚カスタードがたまらない

弁天堂 (兵庫県・淡路市)

323 カスタードクリーム ブッセ

カスタードクリームはちょっと濃い目の味に仕上げ、十分にホイップしてフワフワな生地でサンドしました。

凍 卵米大小 3個 **689円** (税込 **744円**) 通常税込 **774円**

卵・小麦・生乳 (国内産)

冷蔵庫にて十分に解凍して

弁天堂 (兵庫県・淡路市)

324 アーモンドクッキーシュー

添加物は使わず国内産原材料を主に安心できる物を使用。香ばしくパリパリ感あるシュー生地に仕上げました。

凍 卵米大小 3個 **797円** (税込 **861円**)

卵・生乳 (国内産)

厳選抹茶と自家製小豆餡の上品でまるやかな美味しさ

久保田食品 (高知県・南国市)

327 夢中熱中 抹茶とあずきの最中

まるやかな抹茶アイスクリームと、北海道十勝産あずき100%の組み合わせ。乳脂肪分8.0%

凍 卵米大小 110ml **120円** (税込 **130円**)

生乳・小豆 (北海道)、抹茶 (国内産)

黒胡麻の香り際立つ あと口さっぱり

久保田食品 (高知県・南国市)

328 ごまアイス

黒胡麻の芳醇な香りが魅力のカップアイス。シンプルな原材料でナチュラルな美味しさ。アルコール分0.4%

凍 卵米大小 100ml **190円** (税込 **205円**)

生乳 (北海道)・ごま (ミャンマー、南米等)

菓子

・化学調味料は全て不使用。
シンプルな内容のものを中心に扱います。
※お子さんが食べる機会が多い為、原材料を表記しています。

OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで

お菓子2個組特集!



サンコー (愛知県・豊橋市)
329 ポテトチップス しお味 2袋
国内産のじゃがいもを植物油でパリッとフライし、さっぱりと塩で味つけしました。原材料:馬鈴薯、植物油
賞120日 米

60g×2 **276円(税込298円)** 通常税込320円
じゃがいも (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
334 ふわふわチップ じゃがいも味
さっぱり塩味のノンフライチップです。
賞150日

20g **171円(税込185円)**
じゃがいも (北海道)



クロスロード (大阪府・泉南市)
340 国産小麦のベルギーワッフル・バター
合成着色料、香料、保存料は一切使用しておりませんので、素材本来の旨味をお楽しみ頂けます。
賞90日 卵乳小

1個 (40g) **169円(税込183円)** 通常税込188円
小麦粉 (国内産)



創健社 (神奈川県・横浜市)
346 ダイスチョコ 抹茶
国内産抹茶の風味香るひとくちサイズのチョコ。北海道産牛乳で作った全粒乳を使用し、まろやかなおいしさ。
冷 賞120日 乳大

120g **529円(税込571円)**



サンコー (愛知県・豊橋市)
330 アーモンドじゃこ 2個組
原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま
賞120日

(7g×5)×2 **390円(税込422円)** 通常税込432円
片口いわし (日本近海)



サンコー (愛知県・豊橋市)
335 ふわふわチップ にんじん味
さっぱり塩味のにんじん味のノンフライチップです。
賞120日

20g **171円(税込185円)**
じゃがいも (北海道)



クロスロード (大阪府・泉南市)
341 国産小麦のベルギーワッフル・ココア
合成着色料、香料、保存料は一切使用しておりませんので、素材本来の旨味をお楽しみ頂けます。
賞90日 卵乳小

1個 (40g) **169円(税込183円)** 通常税込188円
小麦粉 (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
347 玄米パフのクランチチョコレート
国産玄米を使用した焙煎パフとクーベルチュールチョコレートを混ぜ合わせて仕上げました。
冷 賞180日 乳米大

46g **200円(税込216円)**
チョコレート (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
330 アーモンドじゃこ 2個組
原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま
賞120日

(7g×5)×2 **390円(税込422円)** 通常税込432円
片口いわし (日本近海)



サンコー (愛知県・豊橋市)
335 ふわふわチップ にんじん味
さっぱり塩味のにんじん味のノンフライチップです。
賞120日

20g **171円(税込185円)**
じゃがいも (北海道)



クロスロード (大阪府・泉南市)
341 国産小麦のベルギーワッフル・ココア
合成着色料、香料、保存料は一切使用しておりませんので、素材本来の旨味をお楽しみ頂けます。
賞90日 卵乳小

1個 (40g) **169円(税込183円)** 通常税込188円
小麦粉 (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
347 玄米パフのクランチチョコレート
国産玄米を使用した焙煎パフとクーベルチュールチョコレートを混ぜ合わせて仕上げました。
冷 賞180日 乳米大

46g **200円(税込216円)**
チョコレート (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
331 芋けんぴ 2袋
原材料:さつまいも、三温糖、植物油(米油)
賞120日 米

90g×2 **338円(税込366円)** 通常税込376円
さつまいも (鹿児島県)



サンコー (愛知県・豊橋市)
337 米粉クッキー
国産うるち米由来の米粉を主原料の生地有機オートミールを加え、スティック状に焼き上げました。
賞90日 米

6本 **274円(税込296円)**
うるち米 (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
342 ふところ餅
もちもちで柔らかい、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子。温めても、そのままでも。
賞90日 米小

110g **266円(税込287円)** 通常税込313円
米 (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
343 栗しぐれ
原材料:白餡、砂糖(てん菜糖)、水飴
賞90日

120g(個包装) **281円(税込303円)**
手亡豆 (北海道) [放] 不検出<3.2<4.0



創健社 (神奈川県・横浜市)
332 五穀ドライワッフル 2袋
原材料:国産小麦粉、粗糖、ショートニング、卵、大麦、ひえ、はとむぎ、アマランサス、粉乳、重曹、レシチン
賞180日 卵乳大 小

8枚×2 **540円(税込584円)** 通常税込604円
小麦 (国内産)



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
338 ポン玄米(砂糖付)
原材料:玄米、グラニュー糖(製造ラインで大豆と落花生の使用あり)
賞90日 米

100g **280円(税込302円)**
米 (山形県) [放] 不検出<1.2<0.8



サンコー (愛知県・豊橋市)
344 小倉ようかん
原材料:砂糖(てん菜(国産))、生餡、小豆(北海道産)、水飴、寒天
賞90日

1個58g **108円(税込117円)** 通常税込120円
小豆 (北海道)



丸和食品 (東京都・練馬区)
333 豆乳ドーナツセット (白蜜1袋・黒糖1袋)
原材料:小麦粉、黒砂糖(黒糖のみ)、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー、カラメル色素(黒糖のみ)
賞60日 乳大 小

2種各155g **430円(税込464円)** 通常税込475円
小麦 (国内産)



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
339 ポン玄米(砂糖なし)
原材料:玄米(製造ラインで大豆、落花生の使用あり)
賞90日 米

100g **280円(税込302円)**
米 (山形県) [放] 不検出<1.2<0.8



サンコー (愛知県・豊橋市)
345 だら焼き
国産小麦由来の小麦粉主原料の生地をふんわりと焼き上げ、北海道産小豆使用のつぶ餡をはさみました。
賞60日 卵小

1個 **137円(税込148円)**
小麦 (国内産)

飲料

・緑茶:無農薬です。
・ジュース類:果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。
※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

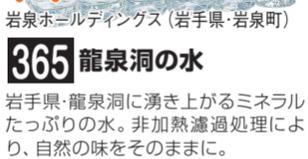
OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで



ヒカリ食品 (徳島県・上坂町)
360 オーガニックぶどうサイダー+レモン
250ml **135円(税込146円)** 通常税込151円



ヒカリ食品 (徳島県・上坂町)
361 みかんサイダー+レモン
250ml **135円(税込146円)** 通常税込151円



岩泉ホールディングス (岩手県・岩泉町)
365 龍泉洞の水
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
500ml×24 **2880円(税込3110円)**
岩手県 [放] 不検出<0.5<0.5



童仙房茶舗 (京都府・南山城村)
354 童仙房茶舗 有機煎茶
有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。
100g **700円(税込756円)**
緑茶 (京都府)

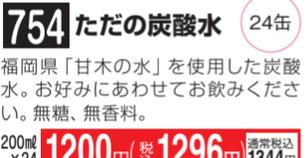
100g **1100円(税込1188円)**
緑茶 (京都府)



創健社 (神奈川県・横浜市)
362 丹沢サイダー 6缶
神奈川県中西部に広がる丹沢山系に湧くおいしい水からつくりました。甘さ控えめでさわやかな後味です。
250ml×6 **570円(税込616円)**



日本生活協同組合連合会
754 ただの炭酸水 24缶
福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。
200ml×24 **1200円(税込1296円)** 通常税込1344円



日本生活協同組合連合会
742 ミックスキャロット
7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)に、にんじん汁50%をミックス。
賞120日
125ml×12 **816円(税込876円)**
にんじん (国内産)



童仙房茶舗 (京都府・南山城村)
355 童仙房茶舗 有機煎茶
有機栽培宇治茶の一番茶のみを使用した煎茶です。新芽の中からさらに厳選した逸品です。
100g **1100円(税込1188円)**
緑茶 (京都府)

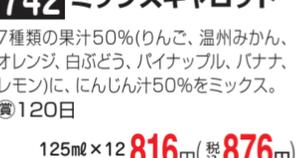
100g **550円(税込594円)**
紅茶 (スリランカ)



ゴールドバック (長野県・松本市)
363 北海道トマト100% (無塩)
北海道の大地で真っ赤に育ったトマトを収穫して直ぐ搾ったストレートタイプのトマトジュースです。食塩無添加。
160g×20 **2850円(税込3078円)**
トマト (北海道)



日本生活協同組合連合会
742 ミックスキャロット
7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)に、にんじん汁50%をミックス。
賞120日
125ml×12 **816円(税込876円)**
にんじん (国内産)



日本生活協同組合連合会
742 ミックスキャロット
7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)に、にんじん汁50%をミックス。
賞120日
125ml×12 **816円(税込876円)**
にんじん (国内産)



ランカスター (千葉県・千葉市)
356 アールグレイティー (リーフ)
柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。
100g **550円(税込594円)**
紅茶 (スリランカ)

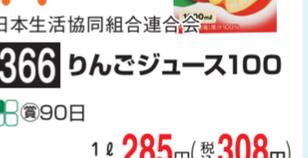
100g **550円(税込594円)**
紅茶 (スリランカ)



南蛮屋 (神奈川県・厚木市)
364 コーヒー牛乳のもと
お子様からお年寄りまで、家族みんなで楽しめます。珈琲専門店が作った「コーヒー牛乳のもと」。牛乳に混ぜるだけで美味しいコーヒー牛乳が出来上がります。牛乳で5倍に希釈して。
275ml **610円(税込659円)** 通常税込670円
インスタントコーヒー (マレーシア)



日本生活協同組合連合会
366 りんごジュース100
国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもごほれませんが、濃縮還元果汁使用。
賞90日
1ℓ **285円(税込308円)**
りんご (国内産)



日本生活協同組合連合会
366 りんごジュース100
国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもごほれませんが、濃縮還元果汁使用。
賞90日
1ℓ **285円(税込308円)**
りんご (国内産)



ランカスター (千葉県・千葉市)
357 チャイスパイスティー (ティーバッグ)
セイロン紅茶にジンジャー、シナモン、カルダモン、クローブ、ナツメグ、ペッパーの6種のスパイス入り。
2g×20 **480円(税込518円)** 通常税込540円
紅茶 (スリランカ)

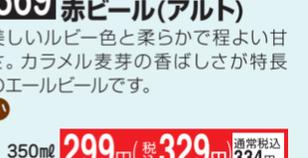
2g×20 **480円(税込518円)** 通常税込540円
紅茶 (スリランカ)



エチゴビール (新潟県・新潟市)
367 エチゴのんびりふんわり白ビール
癒しの時間のためのリラックスできるビール。苦くないさわやかな後味。
350ml **295円(税込325円)**
麦芽 (フランス)



軽井沢ブルワリー (長野県・佐久市)
369 THE軽井沢ビール 赤ビール(アルト)
美しいビー色と柔らかで程よい甘さ。カラメル麦芽の香ばしさが特長のエールビールです。
350ml **299円(税込329円)** 通常税込334円
大麦麦芽 (カナダ、イギリス)



軽井沢ブルワリー (長野県・佐久市)
369 THE軽井沢ビール 赤ビール(アルト)
美しいビー色と柔らかで程よい甘さ。カラメル麦芽の香ばしさが特長のエールビールです。
350ml **299円(税込329円)** 通常税込334円
大麦麦芽 (カナダ、イギリス)



マルサンアイ (愛知県・岡崎市)
358 国産大豆の調整豆乳
200ml **100円(税込108円)**
大豆 (国内産)

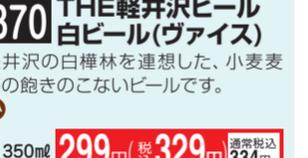
賞120日 大
マルサンアイ (愛知県・岡崎市)
359 国産大豆の無調整豆乳
1000ml **320円(税込346円)**
大豆 (国内産)



軽井沢ブルワリー (長野県・佐久市)
368 軽井沢ビール エクセラン
魅惑のゴールドの光沢と、軽井沢の冷涼な水で仕上げた奥深いフルーティな風味とクリーミーな泡立ちが特長。
350ml **299円(税込329円)** 通常税込334円
大麦麦芽 (カナダ、ドイツ)



軽井沢ブルワリー (長野県・佐久市)
370 THE軽井沢ビール 白ビール(ヴァイス)
軽井沢の白樺林を連想した、小麦麦芽の飽きのこないビールです。
350ml **299円(税込329円)** 通常税込334円
小麦麦芽 (ドイツ)



軽井沢ブルワリー (長野県・佐久市)
370 THE軽井沢ビール 白ビール(ヴァイス)
軽井沢の白樺林を連想した、小麦麦芽の飽きのこないビールです。
350ml **299円(税込329円)** 通常税込334円
小麦麦芽 (ドイツ)

食品調味料

・常総生協がおすすめる調味料の基本は「さ・さし・せそ（酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌）」です。
 ・昔ながらの長期熟成させた発酵調味料を基本に扱います。

【OK】は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
 ※紛失された場合は供給担当まで

てんさい糖
 北海道で育ったてん菜から作ったおなかによさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。

650g **450円** (税込 **486円**)
 てん菜 (北海道)

旬の果物でシロップやサワーを手作り!
 水砂糖が溶けると梅果汁が出てくる速度が同じ位であることから、梅酒や梅ジュース作りに適しています。

1kg **450円** (税込 **486円**)

お漬物に
 HSコーポレーション (愛知県・豊明市)
372 **ピンハオ天日塩 1kg**
 昔ながらの塩田製法で、太陽と風のみで作られた天日塩です。漬物、焼物、炒め物など様々な料理に。

1kg **910円** (税込 **983円**) (通常税込 994円)
 海水 (ベトナム)

373 **粗びき塩胡椒**
 平釜でじっくり煮詰めた沖縄の海水塩と香味豊かなホワイト&ブラックペッパーの粗びきをブレンド。

75g **460円** (税込 **497円**)
 塩 (沖縄県)、胡椒 (マレーシア)

国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。

520 **純米酢**
 私市醸造 (千葉県・鎌谷市)

500ml **233円** (税込 **252円**)
 米 (国内産)

純米酢は米のみを原料に造られているため、米の成分であるタンパク質やアミノ酸、糖分等の影響で泡が発生しますが、品質に問題ありませんので、安心して上がりください。

520 **純米酢**
 私市醸造 (千葉県・鎌谷市)

500ml **233円** (税込 **252円**)
 米 (国内産)

梅干しを作る過程で梅から自然に出てくる抽出液に、赤しそを入れて色をつけたもの。

374 **赤梅酢**
 大紀コープファーム (奈良県・五條市)

賞90日 500ml **370円** (税込 **400円**)
 梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

水で5~8倍に薄めてお飲みください
 無農薬栽培の玄米100%使用。米酢に比べ、アミノ酸を多く含みます。料理はもちろん、飲用としても。

375 **富士玄米黒酢**
 飯尾醸造 (京都府・宮津市)

500ml **1450円** (税込 **1566円**)
 玄米 (京都府)

お刺身やお寿司に最適
 丸大豆醤油を塩水のかわりに用いた再仕込み醤油。濃厚な味わいが特長。

525 **本仕込しょうゆ**
 キノエネ醤油 (千葉県・野田市)

1ℓ **550円** (税込 **594円**)
 大豆 (アメリカ)

藤巻商店 (千葉県・印西市)
376 **味噌「母ごころ」(中辛)**
 国産大豆・国産米を原料に杉の大樽でじっくり約1年熟成させた、中辛口のみそです。原材料：大豆、米、塩

750g **510円** (税込 **551円**)
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6

502 **虹の宴 料理酒**
 日本生活協同組合連合会

900ml **370円** (税込 **407円**)
 米 (国内産)

これ一本でみりんの旨み、お酒の風味を併せ持ちます
 米と米麹を醗酵させて生まれた自然な甘みが、素材の旨さを引き出してくれる醗酵調味料。

377 **味の母**
 味の醸造 (埼玉県・狭山市)

720ml **730円** (税込 **788円**) (通常税込 810円)
 米 (国内産)

378 **富士ゆずばん酢**
 ゆず&かぼすのダブル果汁に、鯉節だしと昆布だしをプラス。本醸造再仕込み醤油と、純米富士酢使用。

360ml **780円** (税込 **842円**)
 ゆず (徳島県)、かぼす (大分県)

今回から値上げになります

379 **しじみだし醤油**
 穴道湖産の大和しじみ、北海道産利尻昆布、枕崎産荒節の旨味を純米酒「蔵の素」で最大限に引き出しました。

500ml **625円** (税込 **675円**)

548 **圧搾一番しぼりなたねサラダ油(大)**
 オーストラリア産なたねが原料の圧搾一番搾りの油。天ぷらの揚げ油としてもコシが強く、繰り返し使えます。

1400g **1100円** (税込 **1188円**)
 なたね (オーストラリア)

料理に風味を持たせます。

550 **ごま油**
 米澤製油 (埼玉県・熊谷市)

450g **990円** (税込 **1069円**)
 胡麻 (ナイジェリア、他)

P5のアクアパツァに♪
380 **180g**
381 **450g**
382 **オイスターソース**
 国産カキエキスで作りました。料理にコクとうま味を加えます。少量で料理素材のあじを引き立てます。

180g **1100円** (税込 **1188円**)
 450g **2200円** (税込 **2376円**) (通常税込 2592円)
 145g **420円** (税込 **454円**)
 カキ (国内産)

546 **野菜たっぷり和風ドレッシング**
 たっぴりの生玉ねぎの風味に、醤油のコク。生にこだわったドレッシングです。

500ml **440円** (税込 **475円**)

原料の高騰により、今回から値上げになります

531 **マヨネーズ(キサイチ)**
 全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。

330g **505円** (税込 **545円**)
 なたね (オーストラリア)

535 **国産つば野菜入り信州生まれのケチャップ**
 信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。

295g **345円** (税込 **373円**)
 トマト (長野県)

フライ物、目玉焼き、天ぷらなどにかけたり、カレーにも

538 **国産野菜果実中濃レストランソース**
 国産の果物と野菜に、12種のスパイスと3種のビネガーを加え、芳醇な味わいに仕上げました。

200ml **370円** (税込 **400円**)

382 **オイスターソース**
 丸新商会 (千葉県・市川市)

145g **420円** (税込 **454円**)
 カキ (国内産)

383 **中華風だし一番**
 中華料理の要となるだしのうまみを凝縮した万能だしです。野菜とオイスターのうまみを効かせた味とコク。

8g×10 **353円** (税込 **381円**)

384 **昆布・椎茸入りだし削り**
 国産の削り節と北海道の昆布、九州の椎茸をブレンドしました。香りとおコクのある濃いだしが手軽にとれます。

150g **390円** (税込 **421円**)
 さばいわしかつお (鹿児島県、熊本県、愛媛県、他)

557 **だし昆布(カット)**
 日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとりに。

60g **390円** (税込 **421円**)
 昆布 (北海道)

385 **函館産栽培がごめ昆布(きざみタイプ)**
 柔らかくネバリ抜群のがごめ昆布を使いやすくきざみました。

20g **335円** (税込 **362円**)
 がごめ昆布 (北海道)

386 **国産天然芽ひじき**
 国産の天然芽ひじきです。ふっくら軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。

30g **380円** (税込 **410円**)
 ひじき (国内産)

やまこみそ (守谷市)
 明治初期の創業以来、昔ながらの製法にこだわりお味噌を作っています。発酵を止めるためのアルコール添加を行っていないので、風味や香りが断然違います。自家製の糀をたっぷり使い、1年間じっくり寝かせた生みそです。

沼屋本店 (つくば市)
 ◆1870年(明治3年)から代々受け継がれる木桶
 今は醤油の貯蔵はタンクが主流ですが、沼屋さんは代々受け継がれる木桶を使用。最大の特徴は、容器の内部に「微生物」が住み着けることです。木材の表面を顕微鏡で拡大すると小さな穴があり、そこに微生物が住み着きます。何年何十年という時間をかけて独自の生態系を作っていく、この蔵でしか味わえない風味や旨味を作る役割を果たします。長年の醤油造りにより、蔵全体や木桶には「こうじ菌」が棲みついています。これこそが「蔵の命」。150年、代々受け継がれる「こだわりと伝統の製法」でつくられた醤油です。

どんぐりていの珍しい健康食品です!
391 **どんぐりていの春の朝採り スギナパウダー**
 スギナ専用の畑で無農薬栽培。朝採りした後に乾燥、自家製粉しました。毎日3gを目安に、水に溶いて。

50g **1180円** (税込 **1274円**) (通常税込 1296円)
 [放] 不検出 <3.2 <3.1

次回より値上げになります

387 **やまこ味噌(粒・甘口)**
 国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。原材料：米、大豆、塩

1kg **585円** (税込 **632円**) (通常税込 648円)
 米、丸大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

388 **やまこ味噌(濃・中辛)**
 国産原料を使用し、1年間熟成させました。塩分11%。原材料：米、大豆、塩

1kg **585円** (税込 **632円**) (通常税込 648円)
 米、大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

389 **国産丸大豆寒仕込みしょう油**
 沼屋本店 (茨城県・つくば市)

500ml **730円** (税込 **788円**) (通常税込 799円)
 大豆 (国内産)

390 **沼屋 焼肉のたれ**
 沼屋本店 (茨城県・つくば市)

260g **385円** (税込 **416円**) (通常税込 427円)
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.8

392 **大麦パウダー(深煎り)**
 農家レストランどんぐりてい (茨城県・坂東市)

250g **340円** (税込 **367円**) (通常税込 378円)

組合員さんからのクチコミ
 大麦パウダー、お湯に溶かして飲んだら美味しかった。

シチューやポトフなどの煮込み料理に

煮物や汁物、カレーは洗ってそのまま加熱OK

p16に「クリームシチュールー」と「トマトピューレづけ」があります

393 大牧農場の元気な打ち豆

北海道産の大豆を調理しやすいよう打ち豆にし乾燥したもの。サラダや炒め物、酢の物はサッとゆがいて使用。

150g **250円**(税込**270円**) 通常税込**286円**

大豆(北海道)

6皿分

創健社(神奈川県・横浜市) **前日OK!**

663 植物素材のデミグラス風ソースルー

8種類の野菜の旨味と香り高いスパイスを使い、国内産赤ワインで仕上げた深いコクと豊かな風味のルー。

120g **400円**(税込**432円**)

小麦(国内産)

5皿分

創健社(神奈川県・横浜市) **前日OK!**

664 ハヤシライスルー

国産小麦粉を使用したハヤシライスルー。5皿分。

115g **340円**(税込**367円**)

小麦(国内産)

旬の新そばを!

おびなた(長野県・長野市)

396 新そば

とれたての国産そばの実を自社製粉しました。風味を損なわないよう低温乾燥、アルミ包材で包装しました。

200g×3 **770円**(税込**832円**)

そば(国内産)、小麦(アメリカ、他)

おびなた(長野県・長野市)

397 そばつゆ(ストレート)

400ml **350円**(税込**378円**)

前日OK!

コープ自然派事業連合

577 チキンコンソメ

国産鶏を原料にした、化学調味料不使用のコンソメパウダー。湯をそそいでスープ、煮込み料理のベースに。

80g(4g×20) **348円**(税込**376円**)

大豆(北海道)

前日OK!

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

394 月桂樹(ローリエ)

半乾燥でお届け。香りが少なく感じられますが、乾燥させたり調理すると清々しく香り立ちます。無農薬。

13枚 **185円**(税込**200円**)

月桂樹(山形県) [放] 不検出<4.4<4.1

前日OK!

川光商事(東京都・中央区)

395 玉三本葛

山野に自生する葛の根から採取し、精製した本葛粉です。きめが細かく、素材の旨みを生かします。

70g **480円**(税込**518円**)

茹で時間12~13分

前日OK!

江別製粉(北海道・江別市)

635 パスタ 北海道産小麦マカロニタイプ

北海道産100%。一般品より軟らかな食感で、スープ仕立てや和風の味付け向き。

200g **180円**(税込**194円**) 通常税込**205円**

小麦(北海道)

前日OK!

長野森林組合(長野県・長野市)

398 山菜味くらべ

山ふき、わらび、しいたけ、姫竹をうすく味付けし、ピン詰めしました。長野の地場産を中心に国産原料を使用。

140g **200円**(税込**216円**)

米

前日OK!

リアス(千葉県・船橋市)

585 素干しばらおり

熊本県有明海産、磯の香り豊かな海苔です。刻まずにそのまま干しているため、歯触りがよく、とろけません。

8g **330円**(税込**356円**) 通常税込**373円**

のり(国内産)

前日OK!

リアス(千葉県・船橋市)

399 徳用塩麹昆布

原料が美味しい昆布だから、化学調味料を使わずに作れないかとメーカーと相談して生まれました。

75g **530円**(税込**572円**) 通常税込**598円**

昆布(北海道)

無添加 化学調味料

前日OK!

九鬼産業(三重県・四日市市)

400 九鬼国産混ぜ込みふりかけ 梅しそ

国産素材で作った、混ぜ込みタイプのふりかけです。白ごま、赤しそ、梅肉、昆布、わかめが入っています。

25g **250円**(税込**270円**)

白ごま(国産)

前日OK!

長谷川商店(東京都・中央区)

583 寿司はねのり

軟らかで歯切れがよく、甘みのあるのり。寿司用に焼いた物の中からはねた若干難点があるのりです。

全型10枚 **270円**(税込**292円**)

のり(国内産)

前日OK!

長野森林組合(長野県・長野市)

401 きのこと山菜炊き込みご飯の素

お米4~5合と一緒に炊くだけ。きのこ、山菜は長野県鬼無里を中心とした国産原料のみ使用。

220g **340円**(税込**367円**)

前日OK!

創健社(神奈川県・横浜市)

402 醤油らーめん 2袋

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料・動物性原料不使用の植物性原料で仕上げた醤油味のラーメン。

99.5g×2 **296円**(税込**320円**)

小麦(国内産)

前日OK!

創健社(神奈川県・横浜市)

403 味噌らーめん 2袋

化学調味料、及びチキン・ポーク・ビーフエキスを使わずに植物素材とホタテの旨みで仕上げた味噌ラーメン。

104.2g×2 **296円**(税込**320円**)

小麦(国内産)

前日OK!

三上製麺(埼玉県・所沢市)

638 もっちりつるっこおいしいおうどん

埼玉産の小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるりとした喉越しのうどんにしました。

300g×2 **470円**(税込**508円**)

小麦(埼玉県、他) [放] 137Cs=5.1

前日OK!

風と光(神奈川県・横浜市)

405 有機穀物で作った天然酵母

有機天然酵母を小麦粉に直接混ぜてご使用下さい。ぬるま湯での使用はしないで下さい。直接溶かすと酵母の力が衰えてしまい発酵力が鈍ります。

3g×10 **530円**(税込**572円**) 通常税込**594円**

有機とうもろこし(ドイツ)

前日OK!

江別製粉(北海道・江別市)

621 薄力粉(北海道産小麦使用)

北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。

1kg **349円**(税込**377円**)

小麦(北海道)

前日OK!

日本生活協同組合連合会

669 ゆであずき(北海道)

北海道産小豆100%使用。糖度を38~42%におさえました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。

190g **155円**(税込**167円**)

小豆(北海道)

料理の素材としても

前日OK!

創健社(神奈川県・横浜市)

406 さば水煮2個組

長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、天日塩でさっぱりと水煮にしました。

190g(個量140g)×2 **520円**(税込**562円**) 通常税込**584円**

さば(長崎県、他)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう!

- 合成界面活性剤を含むものは扱いません。
- 生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

前日OK!

せっけんの街(千葉県・柏市)

778 粉石けん せっけんの街

廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。

2kg **730円**(税込**803円**)

油よこれよく落ちます

オレンジオイルを配合し、ほのかな柑橘の香りが漂う台所用の液体石けん。そのままスポンジにつけて、または少し薄めてご利用ください。

前日OK!

せっけんの街(千葉県・柏市)

407 台所用液体せっけん おれんじ

408 詰替用

300ml **320円**(税込**352円**)

650ml **420円**(税込**462円**)

ボトル2本分でおトク

前日OK!

せっけんの街(千葉県・柏市)

812 台所用粉石けん「萌moe」(重曹入り)

アルカリ剤に重曹(重炭酸塩)を加え、従来の炭酸塩のものに比べて肌への刺激が弱く、滑りにくくなりました。重曹の細かい研磨作用で油や茶渋などの汚れに強く、洗いがりがすっきりと仕上がります。

150g **340円**(税込**374円**)

813 詰替用

3袋(150g×3) **600円**(税込**660円**)

前日OK!

丸富製紙(静岡県・富士市)

892 ワンタッチコアレス(トイレトーパー)

130mm×6ロール **480円**(税込**528円**)

前日OK!

せっけんの街(千葉県・柏市)

794 ジェルせっけん こはく

1000ml **820円**(税込**902円**)

795 詰替用

1000ml **490円**(税込**539円**)

前日OK!

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

857 バックス化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。

95g×3 **260円**(税込**286円**)

前日OK!

日本生活協同組合連合会

894 ポリエチレンラップ ミニ 40m

22cm×40m **100円**(税込**110円**)

前日OK!

日本生活協同組合連合会

895 ポリエチレンラップ レギュラー 40m

30cm×40m **110円**(税込**121円**)

前日OK!

丸富製紙(静岡県・富士市)

892 ワンタッチコアレス(トイレトーパー)

130mm×6ロール **480円**(税込**528円**)

離乳食

7か月頃から

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

409 小松菜と人参のお粥

塩など調味料を使用せず国産有機米と国産有機小松菜、国産有機人参を煮込んだお粥です。

100g **380円**(税込**410円**)

有機米(国内産)

7か月頃から

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

410 緑黄色野菜のおじゃ

塩など調味料を使用せず、有機緑黄色野菜と有機米、有機野菜を有機野菜スープで煮込んだおじゃです。

100g **380円**(税込**410円**)

有機米(国内産)

12か月頃

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

411 緑黄色野菜の炊き込みごはん

国産緑黄色野菜を国産有機米と有機野菜スープ、だしで煮込み、有機醤油で味付けした炊き込みごはんです。

100g **380円**(税込**410円**)

有機米(国内産)

12か月頃

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

412 ミックス野菜

塩など調味料を使用せず国産有機野菜を栄養たっぷりの有機野菜スープで煮込みました。

100g **380円**(税込**410円**)

人参(国内産)

12か月頃

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

413 鶏肉と野菜の五目煮

国産鶏むね肉と国産有機野菜を旨みたっぷりの天然だしと栄養たっぷりの野菜スープで煮込みました。

100g **380円**(税込**410円**)

人参(国内産)

12か月頃

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

413 鶏肉と野菜の五目煮

国産鶏むね肉と国産有機野菜を旨みたっぷりの天然だしと栄養たっぷりの野菜スープで煮込みました。

100g **380円**(税込**410円**)

人参(国内産)

廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです

肌寒い夜は温かメニューで体の中からほっこり

秋のポトフ & シチュー 特集

どうしても採れてしまう規格外品の小さなじゃがいもと玉ねぎのセット。そのまま蒸したり揚げたり、蒸したりしてお召上がりください。減農薬栽培。

130円/100g

士別農園 (北海道・士別市)

414 士別のじゃがいも玉ねぎセット(小玉)

1kg(各500g) **185円**(税込**200円**)

北海道

今回だけの特別企画

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

415 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。

凍 180日 300g **360円**(税込**389円**) 通常税込400円

茨城県

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

416 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)

焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。

冷 10日 400g **680円**(税込**734円**) 通常税込754円

豚肉(国内産)

福永産業 (福岡県・遠賀町)

417 鹿児島 坊津黒牛 角切りビーフシチュー用

モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカット。

凍 30日 170g **700円**(税込**756円**) 通常税込767円

鹿児島県

特

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

418 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

ロシア産の紅鮭を切り身にして10切パックにしました。バラ凍結。

凍 180日 10切550g **1480円**(税込**1598円**) 通常税込1663円

紅鮭(ロシア)

特

手で開けられる紙容器入り

ナガノトマト (長野県・松本市)

421 あらくつぶしたトマト ビューレづけ 2個組

イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ビューレ漬けにしました。トマトを切らずに使えます。

390g×2 **440円**(税込**476円**) 通常税込496円

特

コープ自然派事業連合

422 クリームシチュールゥ

素性の確かな国内産牛脂を使用。さまざまな料理のベースに使えます。1袋約7皿分。

凍 180日 乳米小 150g **260円**(税込**281円**) 通常税込292円

小麦(北海道)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

419 大粒シーフードミックス

スルメイカリング、ほたて、天然エビのミックス。通常よりも大粒です。

凍 340g **895円**(税込**967円**) 通常税込1004円

するめいか・ほたて(国内産)、天然エビ(マレーシア、インドネシア)

特

秋川牧園 (山口県・山口市)

420 鶏つくね

若鶏のムネ肉に鶏皮を加えてジューシーさを出し塩麹で旨味を引き出した柔らかい食感の鶏だんご。加熱調理済みなのですぐに使えます。

凍 卵米大 200g **315円**(税込**340円**) 通常税込365円

特

大進食品 (神奈川県・横浜市)

423 ヨコハマの餃子

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。

凍 卵大 18g×25 **537円**(税込**580円**) 通常税込613円

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

特

大進食品 (神奈川県・横浜市)

424 マム フライパンで簡単春巻

たっぷりの国産竹の子、長ネギと信州産豚肉を千切りにして炒めた具と一緒に巻きました。フライパンで焼いて。

凍 米大 5本200g **343円**(税込**370円**) 通常税込410円

竹の子(国内産)

家族を思うお母さんの目線で... 美味しいの先の笑顔をお届け

大進食品 特集

「からだにやさしいよ」をテーマに、化学調味料・合成添加物に頼らない素材本来の美味しさを活かした安全で安心、そして美味しい加工品を作っています。

全品 対応です

人気の餃子!美味しく食べて食べすぎちゃうという声も

大進食品 (神奈川県・横浜市)

425 マム 焼いて簡単ピザ巻きイタリアン

北海道よつ葉乳業のナチュラルチーズとトマトソースで仕上げたピザ風の春巻。フライパンで焼いて。

凍 乳米小 5本200g **375円**(税込**405円**) 通常税込440円

ナチュラルチーズ(北海道) [放] 不検出 <4.3 <4.4

大進食品 (神奈川県・横浜市)

426 マム 北海道サーモン たっぶりグラタン

オーガニックペンネマカロニと自家製ホワイトソースに鮭とチーズが相性抜群。レンジで温めて。

凍 乳小 170g×2 **602円**(税込**650円**) 通常税込697円

牛乳(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6

大進食品 (神奈川県・横浜市)

427 北海道八雲発マムの帆立クリームコロッケ

北海道の酪農発祥の地・八雲町産の生乳で作った帆立入りクリームコロッケです。凍ったまま揚げて。

凍 乳米小 40g×6 **370円**(税込**400円**) 通常税込435円

生乳(北海道) [放] 不検出 <2.9 <3.7

■大進食品さんからのメッセージ

「A mom(ママ)」は「加工品だからこそ中身の見える確かなものを!」というコンセプトのもと、化学調味料・合成添加物は不使用など、こだわりを大切にできるだけ国産原料を使い素材を活かしたシンプルな商品作りをしています。

先の見えないコロナ禍の中、より慌ただしく大変な日々...そんな時はぜひ加工品に頼ってください。安心して加工品をお使い頂き、時短で生まれた時間でホッと一息つくことにより家族に笑顔が広がるかと信じています。その為のささやかなお手伝いをさせて頂けたら幸いです。

左が営業の香織さん、右が専務の美美子さん(宮澤さん親子)

大進食品 (神奈川県・横浜市)

428 北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ

北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。

凍 乳米小 40g×6 **370円**(税込**400円**) 通常税込430円

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.6

大進食品 (神奈川県・横浜市)

429 神戸満る里の牛生ハンバーグ

国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。※ピニールが挟まっているので冷凍時でも剥がせます。

凍 180日 卵米大 130g×4個 **888円**(税込**959円**) 通常税込998円

牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

大進食品 (神奈川県・横浜市)

430 マムのインド風チキンカレー

国産の鶏むね肉に淡路島の玉ねぎをたっぷり使った、コクと深みを感じられる本格的なチキンカレーです。

凍 乳 180g(1人前)×2 **650円**(税込**702円**) 通常税込726円

鶏肉(国内産)

大進食品 (神奈川県・横浜市)

431 ママン モチモチ手のぼしナン

手のぼして焼き上げたもちもち食感。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

凍 小麦粉 210g(3枚入り) **285円**(税込**308円**) 通常税込324円

小麦粉(北海道)

大進食品 (神奈川県・横浜市)

432 半熟かすてら プレーン

パンデローというカステラの前身であるポルトガルの伝統菓子を参考に、職人が絶妙の火加減で濃厚な口溶けを追求した三源庵の新境地です。

凍 45日 卵小 1個 **980円**(税込**1058円**) 通常税込1080円

卵(国内産)

池田食品 (埼玉県・所沢市)

433 食べやすい大きさに切り分けて、お召し上がりください

三源庵(京都市・京都市)

特

三源庵(京都市・京都市)

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記
 - 4週に1回お届け 4週に3回お届け
 - 隔週お届け 毎週お届け
- シーズン最終 季節商品につき今回で最終
- シーズン初 今季初登場
- 新 新発売の商品
- 特 特別価格商品

お届け時の温度帯

- 凍 冷凍品
- 冷 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。

農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

- OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。
- ふるさと便 は通常のご注文はもちろん、『ふるさと便』にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。
- 無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認ください。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

※コンタミネーションとは同じ工場がアレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。

アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめましょう!